



# Fastenwochen im Frühling 2021

Heilfasten und Basenfasten in der Gruppe  
mit Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin **Karin Fedl**

## Berufsbegleitendes Fasten in meinem Institut

**Fastenwoche von 18. bis 24 April 2021 in Stainz**

**Ambulante Fastenwoche** mit **selbständiger Verpflegung**  
unter **Anleitung** und **DETOX YOGA** mit **Margit Weingast**

Eine Woche **Heilfasten** oder **Basenfasten** mit täglicher  
Betreuung, Einstiegsgeschenk, Fastenmappe, **YOGA**,  
Wanderungen, **ZOOM Meeting**, **Messenger Gruppe**,  
Abschlusszeremonie, .....

Kosten: **€ 260,00 gesamt** ohne Verpflegung,

**Anmeldung bis spätestens 10. April 2021.**

Anmeldung und Kosten finden Sie unter [www.karinfedlmassage.at](http://www.karinfedlmassage.at), gerne  
können Sie mich telefonisch unter **069911391083** oder per Mail an  
[institut@karinfedlmassage.at](mailto:institut@karinfedlmassage.at) kontaktieren. Ich begleite Sie beim Fasten und  
biete Erfahrung in ganzheitlichen Gesundheitsfragen für ihren Fastenerfolg.



Die Fastenwochen finden im **Karin Fedl – Massageinstitut** statt.  
**Kärntner Straße 29/3, 8510 Stainz, Tel: 0699/11391083**

## Programm April 2021

**HEILFASTEN und BASENFASTEN** in der Gruppe,

inklusive **DETOX YOGA** mit **Margit Weingast**



**MARGIT WEINGAST**

TRAININGS- UND  
YOGA-SPEZIALITÄTEN

**Freitag 16. 4.2021: Abholung der Fastenpakete**

**7 Tage Fastenprogramm:**

**Infoabend:** Start am **18.4.2021 um 18.00 Uhr, ZOOM Meeting:**  
an diesem Abend besprechen wir das Programm und Sie  
bekommen alle Infos für ihre Fastenverpflegung.

**Montag: 14.00 Uhr** Wanderung in Stainz ca. 2 Std

**Dienstag: 18.00 Uhr** ZOOM Meeting/Körperanwendungen

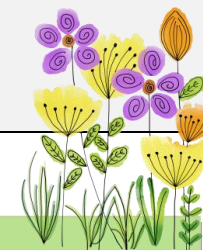
**Mittwoch: 9.00 Uhr** - Ganztagswanderung + Yoga Begleitung

**Donnerstag: 18.00 Uhr** ZOOM Meeting/Themenabend

**Freitag: 14.00 Uhr** Wanderung in Stainz ca. 2 Std, ...

Zusatzprogramm Workshop\*

**Samstag: 10.00 Uhr** Abschlusszeremonie



\*Das Zusatzprogramm:

**"Workshop"** Pflanzlich - vollwertige Ernährung - die Basics, mit  
Brigitte Razaghi, nähere Informationen im Infoblatt.

Ich freue mich sehr, Sie/Euch beim Fasten begleiten zu dürfen, in  
der Gemeinschaft ist es immer ein wunderbares Erlebnis.

Anmeldung unter [institut@karinfedlmassage.at](mailto:institut@karinfedlmassage.at) oder mit Formular  
siehe [www.karinfedlmassage.at](http://www.karinfedlmassage.at), mit herzlichen Grüßen Karin Fedl.