



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, gerne
können Sie mich telefonisch unter **069911391083** oder per Mail an
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

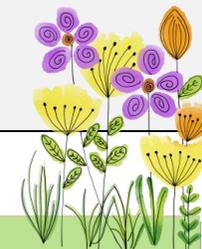
Mittwoch: 9.00 Uhr - Ganztagswanderung + Yoga Begleitung

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 oder mit Formular
siehe www.karinfedlmassage.at, mit herzlichen Grüßen Karin Fedl.