

# Fasten

*...und das Leben wird leichter*

## 2. - 10. November 2018 in der Johannismgemeinde Weinheim

### Ballast abwerfen auf allen Ebenen

**Wellness** .....ein **reset** für Körper, Seele, Geist  
**loslassen**.....Rückbesinnung auf das Wesentliche  
**entgiften**.....die Sinne schärfen  
**entschlacken**..... vorzeitige Alterungsprozesse aufhalten  
**gesund abnehmen** Überflüssige Pfunde loswerden  
**gesund werden** .....Neuordnung der Körperfunktionen  
**gesund Essen**..... Wiederentdecken der Genussfähigkeit

In der **Geborgenheit der Gruppe** und unter **fachkundlicher Anleitung** seine eigene Mitte finden. Gefastet wird nach Buchinger/Lütznert mit Gemüsebrühe, Saft, Tee und Wasser.

Gerti Neu, ärztl. geprüfte Fastenleiterin durch Dr. Lütznert und zertifizierte Nordic-Walking-Trainerin, begleitet seit 16 Jahren erfolgreich Gruppen beim Fasten. Sie übernimmt den Teil Fasten, Ernährung, Bewegung. Pfarrer Däublin leitet den geistlichen Teil und wartet jedes Mal mit neuen Überraschungen auf.

**Ergänzungsangebot:** Fasten und Bewegung, eine ideale Kombination. Der Kreislauf wird angeregt, die Entgiftung wird unterstützt und der Kopf wird frei. Für die Frischluftfanatiker biete ich direkt vor dem Fastenkurs **Nordic Walking** im Exotenwald.

Ein **kostenloser Infoabend** ist am **Montag, 22. Oktober 2018 um 18.00 Uhr** im Gemeindehaus der Johannismgemeinde Weinheim, Hauptstr. 127

### Kursablauf

02. – 06.11.: 18:00-19:30 Fastengespräch, Informationen, Gemeindehaus

07.11. kein Treffen

08. – 09.11.: 18:00-19:30 Fastengespräch, Informationen, Gemeindehaus

10.11.: 09:30-11:00 Meditation und Fastenbrechen

Nordic-Walking im Exotenwald: jeweils vor dem Kurs von 16:45-17:45,

Sa. 10.11., 08:15-09:15

Der Kurs ist auch für Anfänger geeignet. Nordic Walking Stöcke können gegen eine Gebühr von 5,00 Euro ausgeliehen werden.

Investition: € 90,00 Fasten, € 50,00 Nordic-Walking.

### Auf Ihre Anmeldungen freut sich Gerti Neu unter

Tel. 06201 2559734, Fax 06201 2559735 oder info@fasten-reise.de.

## Anmeldung Fasten u./o. Nordic-Walking in der Johannismgemeinde

.....  
Name, Vorname

.....  
Straße, PLZ, Ort

.....  
Telefon, Fax

.....  
email

.....  
Geburtsdatum

.....  
Körpergröße in cm für die Leihstöcke

Ich habe bereits Fastenerfahrung:  ja  nein, Zutreffendes bitte ankreuzen

**Hiermit melde ich mich verbindlich zum Fastenkurs vom 02.-10. November 2018 an.**

Fasten  Nordic-Walking, Zutreffendes bitte ankreuzen

### Leistungen

8 Termine. Fastenbetreuung mit Erfahrungsaustausch, Vorträge, Darmreinigungsmittel, Apfel zum Fastenbrechen, Mappe mit umfangreichen Unterlagen. **Die Kurse können auch separat besucht werden.**

### Investition

€ 90,00 Fasten, € 50,00 Nordic-Walking.

### Zahlung

Die Zahlung erfolgt beim ersten Treffen in bar.

### Teilnahmebedingungen

Diese Veranstaltung ist ein Kurs unter dem Thema: Fasten für Gesunde, also kein Heilfasten unter ärztlicher Leitung.

### Rücktritt durch Teilnehmer

Rücktritt bis zwei Wochen vor Startbeginn kostenlos. Danach 50% der Kursgebühr. Der Rücktritt muss schriftlich erfolgen. Bei Stellen einer geeigneten Ersatzperson entstehen nur die Bearbeitungsgebühren in Höhe von € 20,-.

### Haftung

Jede/r Teilnehmer/in ist für sich selbst verantwortlich. Für Schäden an Eigentum und Gesundheit haftet der Veranstalter nicht.

Ich bestätige mit meiner Unterschrift, dass ich mich für gesund halte und freiwillig und in eigener Verantwortung an diesem Kurs teilnehme. Die Teilnahmebedingungen sind mir bekannt und ich erkenne sie an.

.....  
Datum, Unterschrift

### Anmeldung an:

Gerti Neu | Obergasse 10 | 69469 Weinheim | Tel. 06201 2559734 | Fax 06201 2559735  
info@fasten-reise.de | www.fasten-reise.de