

Lebenskunst

Medizin mit Hand und Fuß

Detox-Woche 13.03.-20.03.2020

Diese Woche ist für Sie ideal, wenn Sie nach der Winterzeit Ihren Körper entlasten, reinigen und die Verdauung in Schwung bringen möchten. Der körperliche „Frühjahrsputz“ bringt neue Kraft und Energie. Innerhalb der Woche gibt es 5 Gruppentreffen, das Kurprogramm erfolgt bei Ihnen zu Hause. Die Ernährung für diese Woche besteht in erster Linie aus Obst, Gemüse und glutenfreiem Getreide.

Sie erhalten umfangreiche Informationen über gesundheitsfördernde Maßnahmen, alternative Ernährungsformen und Unterstützung für optimales Entgiften sowie naturheilkundliche Möglichkeiten für einen vitalen Alltag nach dem Fasten. Ein gemeinsames Essen bildet den Abschluss der Woche.

Termin

Freitag	13.03.2020, 18.30 – ca. 20.30 Uhr
Sonntag	15.03.2020, 09.00 – ca. 11.30 Uhr/Wanderung
Montag	16.03.2020, 18.30 – ca. 20.00 Uhr
Mittwoch	18.03.2020, 18.30 – ca. 20.00 Uhr/Yoga
Freitag	20.03.2020, 13.00 – ca. 15.00 Uhr/Abschlusssessen

Preis

Pauschale	220 €
-----------	-------

Ort

Naturheilkundezentrum Lebenskunst
Leopold Figl-Platz 5, 3454 Sitzenberg-Reidling

Anmeldung & Info

Kursleiterin:	Heidrun Hörhan, Fastentrainerin & Kräuterpraktikerin
Mail:	vitalshop@lebenskunst.at
Telefon:	0664/4131377
Website:	www.lebenskunst.at