

FASTEN

MIT

YOGA / OMNIPATHIE

und

THAILÄNDISCHER FUSSREFLEXBEHANDLUNG

IM SCHLOSS THANNEGG MOOSHEIM

Das weniger an Nahrung macht viel Gutes mit uns und unserem Körper. Fasten befreit nicht nur von allem was wir nicht brauchen, es ist der Jungbrunnen, der unser Immunsystem stärkt, unsere Zellen erneuert, das beste Anti Aging Mittel und neben Reinigung und Entgiftung verliert man noch an Gewicht.

Haben Sie Lust auf diesen Jungbrunnen? Probieren Sie es doch einfach aus, Sie werden sehen, es wirkt! Und das Beste dabei, man verspürt keinen Hunger!

So einfach ist Gesundheit! Holen Sie sich diesen Jungbrunnen und fühlen Sie sich nach dieser Woche „wie Neugeborene“!

In dem wunderschönen Ambiente des Schlosses starten Sie mit Bewegung und sanften **Yogaübungen** in den Tag.

Lassen Sie sich in dieser Woche mit Bio Kräutertees, Kneippgüssen, Leberwickel, köstlichen basischen Suppen, frisch gepressten Säften (Methode Buchinger-Lützner) verwöhnen.

Mit Omnipathie (Cranio-Sacral-Methode) und Thailändischer Fußreflexbehandlung (Nuad Thao) werden Fehlspannungen /Blockaden erspürt, ausgeglichen und Heilungsprozesse im Körper angeregt.

Was erwartet Sie:

- ◆7tägige Begleitung durch Ihre ärztl. geprüfte Fastentrainerin
- ◆Tägliche Leberwickel und Kneippgüsse
- ◆Täglich Yoga
- ◆Tägliche Spaziergänge
- ◆Omnipathie Massage (40min)
- ◆Faszienbehandlung Gesicht (20 min)
- ◆Thail. Fußreflexbehandlung (Nuad Thao) (60 min)
- ◆Beauty Abend mit Sauna, Gesichts- und Körperpeeling, Gesichtsmaske Körperwickel
- ◆Unterlagen Fasten, Ernährung, Rezepte für die Aufbau tage
- ◆persönliches Ernährungscoaching
- ◆Besuch des höchstgelegenen Kräuterbauernhofes
- ◆1 ½ Aufbau tage, 1. Frühstück mit selbst gemachten Müsli und Weckerln, kl. Mittagessen

Wann:

Beginn: Sonntag, 17.3.2024 15.00 Uhr
Ende: Samstag, 23.3.2024 ca. 13.00 Uhr

Gesamtkosten: € 1.398,- im Einzelzimmer
€ 1.294,- Einzelzimmer im Appartement

Wo:

Schloss Thannegg-Moosheim, 8962 Gröbming, www.schloss-thannegg.at

Anmeldeschluss: 1. Feber 2024 bei Gerti Kos, Tel.: +43 676 42 55 003, www.happy-fasten.at