

Datum:	14.04.2026
Betrifft:	Heilfasten
Sachbearbeiterin:	Frau Linda Jauer
Telefon:	04278/271-12
Telefax:	04278/826-15
E-Mail:	linda.jauer@ktn.gde.at
Homepage:	www.gnesau.at

Liebe dein Leben – Fasten in Gnesau

Heilfasten nach Dr. Buchinger / Dr. Lützner

Termin: 16.05. – 22.05.2026
Treffen: Täglich von 16 - 20 Uhr
Treffpunkt: Kultursaal

Begrenzte Teilnehmerzahl.

Eine Woche Auszeit vom Alltag nehmen, loslassen, Kraft tanken, Neues an und für sich entdecken.

Gemeinsam bewusst auf feste Nahrung verzichten und den positiven Effekt kennen lernen. Fasten stärkt das Immunsystem und beugt ernährungsbedingte Zivilisationskrankheiten vor, und ganz nebenbei verlieren Sie noch ein paar Kilos.

**Es gibt täglich Obst – und Gemüsesaft,
Gemüsebrühe, Kräutertee nach Belieben,
Zitronensaft und viel Wasser.**

Wir leben von den eigenen Reserven und bauen überschüssiges Fett, Salze und gespeichertes Wasser ab. Mit gründlicher Darmreinigung und viel Bewegung helfen wir dem Körper zu entschlacken und wirken dem Muskelabbau entgegen.

Kursleitung und Auskunft:

Anna Petscher, ärztlich geprüfte GGF,
Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin,
GGF Dipl. Basenfasten- Vitaltrainerin,
Dipl. Shiatsu Praktikerin &
Heilmasseurin, Zukunftsgestalterin
n. Gref

Tel.: +43 650 5141 562
anna.petscher@genussvollfasten.at

Kosten: 280,- Euro p. P.
Inkl. Verpflegung