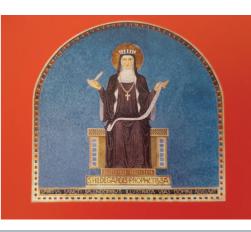


# FASTENWOCHE im Advent mit Beatrix Wondraczek







So. 05. Dezember | 16.00 Uhr bis Sa. 11. Dezember 2021 | 09.30 Uhr

SPES Zukunftsakademie, Schlierbach

## FASTENWOCHE im Advent

Schenke Dir Zeit und finde während des Fastens im Advent zu einem neuen Lebensgefühl und Lebensrhythmus in Vorfreude auf das Fest der Geburt. Tanke neue Kraft und Energie beim Fasten nach Hildegard von Bingen - eine milde & sanfte Form der Reinigung und Entgiftung. Durch Stille, Meditationen, Wanderungen und innere Einkehr kann das zurückliegende Jahr abgerundet und neue Impulse für das kommende Weihnachtsfest gefunden werden.

#### Fastenbegleitung:

Beatrix Wondraczek - Zertifizierte Fastenleiterin mit eigener 30-jähriger Fastenerfahrung; Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin; Master Palliative Care; Systemischer Coach; Dipl. Shiatsu Praktikerin; Absolventin der Hildegardakademie Vlbg.; Mitglied der internationalen Gesellschaft Hildegard von Bingen

### TeilnehmerInnenpauschale:

719,-- Euro im EZ, 628,-- Euro im DZ (exkl. Ortstaxe) Inkludierte Leistungen:

- 6 Nächte (SO-SA) mit Fasten-Vollpension "Gesunde Auszeit" - Hildegardfasten
- Bärwurz-Birnhonig-Ausleitung während der Fastenwoche
- Fastenbegleitung rund um die Uhr
- Gemeinschaftliche Aktivitäten, Wanderungen, Vorträge, Austauschrunden, Meditationen
- Saunabenutzung

#### zusätzlich buchbar sind:

Massagen: Massage | SPES und das Wollbad Wollbad | SPES

Die Fastenwoche kann auch ohne Nächtigung im Haus gebucht werden.

Pauschale: 320,-- Euro pro Person

