

**BASEN- ODER HEILFASTEN nach
Dr.BUCHINGER mit Klaudia
im 4* S WELLNESS-Hotel
STEINER, Obertauern-Salzburg**

STEINER

*** SUPERIOR - OBERTAUERN



TERMIN

So,

7. Juli

bis **Sa, 13.Juli 2024** oder
So, 15. September bis Sa, 21. September 2024

METHODE

**Basenfasten oder Buchinger Heilfasten und
Intervallfasten für Anfänger und Liebhaber**

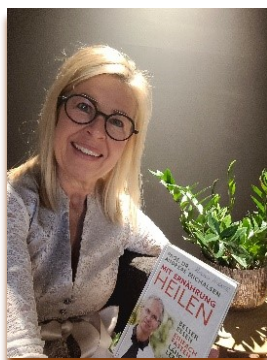
ORT

**4* Superior WELLNESS-Hotel STEINER,
in der heilsamen Bergwelt von Obertauern**

PREIS

**Pauschale p. P. all inclusive im EZ € 998,00
Verlängerungsnacht möglich**

**VERY SPECIAL
Kräuterwanderung
am Hochmoor von
Obertauern mit der
Expertin NINI**



Anmeldung bei Klaudia Molner, Tel 0043 664 8123481
klaudia@dein-gesundheitscoach.at
www.dein-gesundheitscoach.at

oder

4*S Hotel STEINER, Obertauern, 0043 6456 7306
info@hotel-steiner.at
www.hotel-steiner.at

Klaudia Molner – dein Gesundheits- und Fastencoach, Indian Balance Instructor

Follow me on Instagram, Facebook and LinkedIn

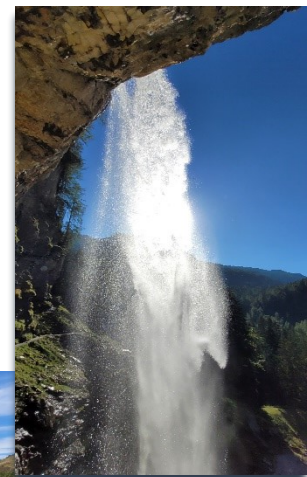
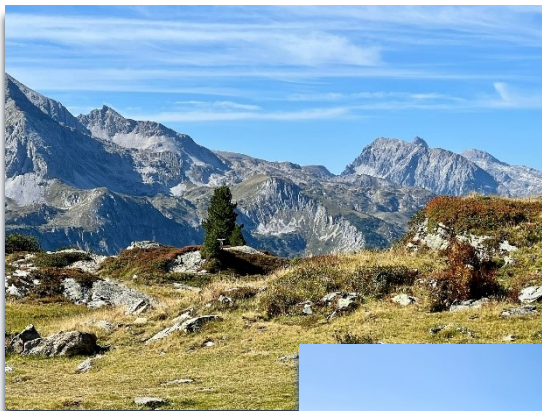


noch effektiver FASTEN auf 1750 m - Basenfasten mit Autophagie oder Heilfasten nach Dr. Buchinger – Intervallfasten



Inkludierte Leistungen

- **7 Tage Heil- oder Basen-Fasten** für Anfänger und Liebhaber mit ärztlich geprüfter Fastenleiterin Klaudia inkl. schonender basischer Fastenverpflegung – zugleich Intervallfasten, dadurch Zellreinigung, Zellerneuerung und Zellverjüngung
- Ganztägig Tee-Bar im BergSPA; Teetasse, Wasserkrug und Glas am Zimmer
- **Bewegt in den Morgen:** gehen, schwimmen oder **Indian Balance mit Rücken- und Faszien Fit** - indigene Heilgymnastik, den Körper bewegen, während die Seele ausruht
- Impulsvorträge zum Fasten, Ernährung, Darmgesundheit und Essen danach
- Täglich Leberwickel mit Moorpackung und basische Fußbäder genießen
- Täglich **Naturbaden** und die **heilende Kraft der Berge und des Waldes** bei einer Bewegungseinheit in der Bergwelt von Obertauern spüren
- Eine geführte Kräuterwanderung durch Obertauern mit der Expertin NINI
- **Begleiteter Ausflug inklusive** – in die Bergwelt von Obertauern
- **Thementag:** bringe deine Visionen und Ziele zu Papier – wir gestalten ein Visioboard mit meditativer Einleitung
- Zeit für Begegnungen und Austausch
- Stille Zeit für DICH
- Geführte Phantasiereise mit Klängen und Saunaaufgüsse
- Übernachtung in den Wohntraum-Zimmern des 4*S Hotel STEINER – es steinert gewaltig
- **STEINERS BergSPA** mit einem großen **Indoor Pool** und vielen Saunen, sowie das Adults-only **Roof-top-SPA mit Infinitypool und Saunen** genießen
- **SPA Gutschein im Wert von EUR 30,00 inklusive**
- Büchertisch und passende Literatur zum Schmökern
- Bademantel, Badetücher für die Zeit des Aufenthaltes
- Basenbäder, Algenwickel und weitere Wohlfühlbehandlungen optional zubuchbar



Klaudia Molner – dein Gesundheits- und Fastencoach, Indian Balance Instructor

Follow me on Instagram, Facebook and LinkedIn

