



STEINER
**** SUPERIOR - OBERTAUERN



BASEN- ODER HEILFASTEN nach Dr. BUCHINGER
im 4* S WELLNESS-Hotel STEINER
In der heilsamen Bergwelt von Obertauern, Salzburg
Noch effektiver FASTEN auf 1750 m

WANN? **So, 19. – Sa, 25. Juli 2026, 7 Tage, 6 Nächte**
 So, 20. – Sa, 26. September 2026, 7 Tage, 6 Nächte

Pauschale pro Person, all inclusive im EZ €1.094,-
Verlängerung möglich, Fasten mit Hund möglich



Inkludierte Leistungen:

- **7 Tage Basen- oder Heilfasten** für Anfänger und Liebhaber mit ärztlich geprüfter Fastenleiterin Klaudia inkl. schonender basischer Fastenverpflegung – zugleich Intervallfasten, dadurch Zellreinigung, Zellerneuerung und Zellverjüngung
- **Übernachtung in den Wohnraum-Zimmern des 4*S Hotel STEINER – es steinert gewaltig**
- 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** oder **AQUA Indian Balance®** indigene Heilgymnastik
- Impulsvorträge zum Fasten, Ernährung, Darmgesundheit und Essen danach
- Täglich Leberwickel 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**
- **VERY SPECIAL im JULI: Sonnenaufgangs-Yoga auf 2200 m & Berg YOGA** mit NINI
- **Begleiteter Ausflug inklusive** – in die Bergwelt von Obertauern
- **Thementag:** bringe deine Visionen und Ziele zu Papier – wir gestalten ein Vision-Board
- Geführte Phantasiereise mit Klängen und Saunaaufgüsse
- **NEU! Self Talk Workshop mit ERIC**
- **STEINERS BergSPA** mit einem großen **Indoor Pool** und vielen Saunen, sowie das Adults-only **Roof Top-SPA mit Infinity Pool und Saunen** genießen
- **SPA Gutschein im Wert von EUR 30,00 inclusive** – weiters Behandlungen buchbar
- Bademantel, Badetücher für die Zeit des Aufenthaltes

