

**BASEN- ODER HEILFASTEN nach
Dr. BUCHINGER 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

Fastenbegleitung inkl. Startpaket pro Person € 390,00 (6 Nächte)

Fasten mit Hund möglich, Verlängerung möglich

Inkludierte Leistungen:

- **7 Tage Basen- oder Heilfasten** für Anfänger und Liebhaber mit ärztlich geprüfter Fastenleiterin Klaudia zugleich Intervallfasten
- 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**
- **BergSPA** mit einem großen **Indoor Pool** und vielen Saunen, sowie das Adults-only **Roof Top-SPA mit Infinity Pool und Saunen** genießen



Zur Information:

Ich als Fastenleiterin gebe hiermit bekannt, dass dies kein Reiseangebot im Sinne des Pauschalreisegesetzes ist. Ich bin weder Reiseveranstalter noch Reisevermittlung. Anreise und Unterkunft werden eigenständig organisiert. Verpflegung und Unterkunft wird direkt mit dem Unterkunftsgeber verrechnet.