

Heilfasten mit Petra Schantini und großem Aktivprogramm

Nach dem tollen Erfolg in 2022 dieses Jahr mit einem Frühjahrs- und einem Herbsttermin!

05.3.2023-12.03./19.3.2023 Heilfastenwochen im Frühling (1 oder 2 Wochen)

29.10.2023- 05.11.2023 Heilfastenwoche im Herbst (Änderungen vorbehalten)

Besonders für Sie:

- Individuelle Fastenbegleitung mit Fastenleiterin und Heilpraktikerin Petra Schantini
- Kleingruppe mit max. 12 Teilnehmern
- Alle Säfte und Brühen (nach Buchinger) von unserem Küchenchef frisch zubereitet
- Mit exklusiven Programmpunkten nur für unsere Fastengäste

Tagesablauf:

- Fastenbegleitung: Abwechselnde Gruppentreffen morgens oder abends
- Morgentee in unserer gemütlichen Lounge
- Vormittags Teilnahme an unseren verschiedenen Gymnastikkursen bzw. am Programm der Fastengruppe (nach eigenem Gusto, niemand ist zu etwas gezwungen)
- 12:00 Treffen im Restaurant zum Fastenessen
- Nachmittags Teilnahme an unseren geführten Wanderungen bzw. am Programm der Fastengruppe
- 18:00 Uhr Treffen im Restaurant zum Fastenessen

Inkludierte Leistungen:

- Fastenbegleitung durch ärztlich geprüfte, erfahrene Fastenleiterin
- Abwechslungsreiches Bewegungs- und Entspannungsprogramm (Gymnastik, Wandern, Waldbaden/Naturtherapie, Meditation)
- Themenvortrag zum Fasten
- Die gebuchte Zahl an Übernachtungen in der gewählten Zimmerkategorie
- Fastenverpflegung nach Dr. Buchinger
- Buchbar im Frühjahr 7 oder 14 Tage, im Herbst 7 Tage
- Pro Woche 1x verwöhnende Gesichtsbildung mit Naturkosmetik 40min. ODER 1 x Rückentreatment (Peeling + Aromamassage) 40min.
- Nutzung des hauseigenen Wellnessbereichs inkl. Wellnesstüchern und Bademänteln
- Oberstauen PLUS Karte für Freizeiterlebnisse ohne Extrakosten, z.B. Bergbahnen und Therme Aquaria