

Begleitetes Heilfasten nach Buchinger mit exklusivem Aktivprogramm

(Änderungen vorbehalten)

14.1.2024-21.01. bzw. 24.01.2024: 7 Tage mit Option auf 3 Tage Verlängerung

28.04.-04.05.2024

02.06.-09.06.2024

27.10.2024- 03.11.2024

Besonders für Sie:

- Erfahrene Fastenbegleitung durch ärztl. geprüfter Fastenleiterin 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 an 4 Terminen in 2024
- Inklusive 1x verwöhnende Gesichtsbehandlung mit hochwertiger Naturkosmetik ODER 1 x Wellness-Rückentreatment (Peeling + Aromamassage)
- Nutzung des hauseigenen Wellnessbereichs inkl. Leihbademantel und Wellnesstüchern

- **Zusätzlich zu unseren eigenen Leistungen:** Oberstaufen PLUS-Gästekarte (Mehrzweckgutschein) für Freizeiterlebnisse der beteiligten Leistungspartner ohne Aufpreis, z.B. Bergbahnfahrten und Thermeneintritt.