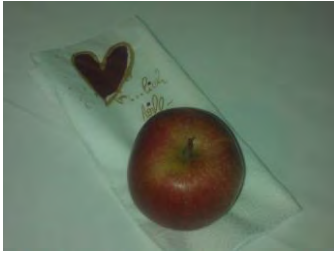


# Fasten- und Gesundheitswoche

nach Buchinger / Lützner



## im Toggenburg

So 20. September – So 27. September 2015

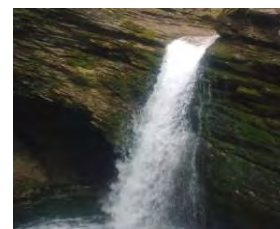
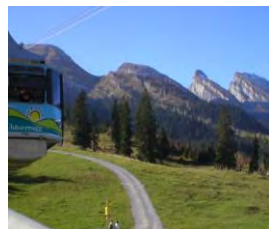
Kur- und Bildungszentrum Sunnehus, Wildhaus

[www.sunnehus.ch](http://www.sunnehus.ch)

Fr. 1255.- EZ / 1045.- DZ

### Inklusive:

- 8 Tage / 7 ÜN mit Fastenverpflegung im EZ oder im DZ
- Entlastungstag, 5 Tage Fasten und 2 Aufbau tage
- persönliche, individuelle Betreuung
- geführte Wanderungen, begleitete Entspannung täglich
- Leberpflege (Wickel und Bitterstoffe)
- 1 x Begleitetes Klangerlebnis oder Atem-Entspannung
- 1 x Entspannungsmassage 25 Minuten
- 1 x Sauna
- Fachvorträge, Film, Wissenswertes über Ernährung
- Freie Benutzung der Bibliothek



### Anmeldung und Infos:

Teija Taverna, Fastenleiterin dfa, Med. Masseurin FA SRK, dipl. Ernährungstherapeutin

Postfach 15, 9642 Ebnat-Kappel, 079 631 23 56 / 071 990 03 71

[teija.taverna@bluewin.ch](mailto:teija.taverna@bluewin.ch), [www.sanesse.ch](http://www.sanesse.ch) oder [info@sunnehus.ch](mailto:info@sunnehus.ch)