

Saftfasten nach Buchinger/Lützner

Mi 19.10. – Sa 29.10.22

• **Infoabend Do 29.09.22 um 19.00h (Co-Moderation Dr. Ute Müllner)**
im Sitzungssaal der Gemeinde St. Radegund; Hauptstr. 10; 8061 St. Radegund (kostenlos)

• **Online-Infovortrag: Mi 05.10.22 um 20.00h**
via Zoom (kostenlos)

Kurskosten: EUR 240,-
Max. 15 Teilnehmer

Tägliche Treffen im Sitzungssaal der Gemeinde oder online

Mi. 19.10.22: Online 18.30h & per Mail
Infos zu den Entlastungstagen, Einkaufsliste,
Erläuterungen Ablauf, Leberwickel

Do. 20.10.22: 1. Entlastungstag (keine Treffen)

Fr. 21.10.22: 2. Entlastungstag
Online-Treffen 18:30h Feedback 1. Entlastungstag,
Glaubenzauber, Übung Wünsche/Befürchtungen

Sa. 22.10.22: Start 1. Fastentag
10.00h *Vormittag eigenständiges glauben*
12.30h *eigenständige Einnahme Saft - Vitaldrink*

Treffen 17:00h: Vorstellungsrunde; Feedback
Glaubenzauber,
18:00h Suppe
18:30h Fastenprotokoll, Tees

So. 23.10.22: 2. Fastentag
Treffen 17:30h Feedbackrunde & Fragen
18:00h Suppe
18:30h Vortrag „Einlauf & div. Anwendungen“
19:00h Meditation (oder Wyda-Einheit)

Mo 24.10.22: 3. Fastentag
Treffen 17:30h Feedbackrunde Einlauf & Fragen
18:00h Suppe
18:30h Vortrag „Entgiften & Körperpflegetipps“

Di 25.10.22: 4. Fastentag
Treffen 17:30h Feedbackrunde & Fragen
18:00h Suppe
18:30h Vortrag „Energiegewinnung &
Autophagie“, Filmtipps

Mi 26.10.22: 5. Fastentag
Treffen 17:00h Feedbackrunde & Fragen
Vortrag „Sauer vs. Basisch“
18:00h Suppe

Do 27.10.22: 6. Fastentag
Treffen 17:30h Feedbackrunde & Fragen
18:00h Suppe
18:30h Vortrag „Richtiges Essen & Kauen“

Fr 28.10.22: Fastenbrechen – 1. Aufbauatag
Treffen 12:30h Gemeinsames essen des Apfels
13:00h Vortrag „Ernährung danach“
14:00h Wyda-Einheit

Sa 29.10.22: 2. Aufbauatag
Treffen 9:30h Gemeinsames Frühstück;
Abschlussrunde

Kurzfristige Änderungen des Programms sind möglich!

*Mein Fastenkurs richtet sich an gesunde Menschen.
Wenn du nicht weißt, ob der Fastenkurs für dich
geeignet ist, kontaktiere mich gerne bzw. konsultiere bei
gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den
Arzt deines Vertrauens!*

Scannen und Kurs buchen



+43 676/3751990
office@mehrbalance.at
www.mehrbalance.at

**Eine Kooperation mit Dr. Ute Müllner
und der Gesunden Gemeinde**

**Gesunde
Gemeinde**
gemeinsam gestalten

mehr
BALANCE
Katharina Hymer