

Frühjahrsputz von innen

Typenfasten in der Gruppe

Übersäuerung und Verschlackung des Körpers durch verschiedenste Gifte stehen im Hintergrund vieler kleiner Wehwehchen wie auch schwerer chronischer Erkrankungen – hier macht es Sinn, den Körper gründlich nicht nur von außen, sondern auch von innen zu reinigen und ihm so eine bessere Heilungschance zu geben. Der schnellste und am tiefsten greifende Weg hierfür ist das individuell abgestimmte Fasten.

Beim Fasten geben wir dem Körper durch den freiwilligen Verzicht auf Nahrung Gelegenheit zur gründlichen Reinigung und Umstimmung. Schlacken und Gifte werden ausgeschieden, der Körper wird entsäuert, die Selbstheilungskräfte werden angeregt und das Immunsystem wird gestärkt. Wir erleben uns und unseren Körper bewusster, gehen nach innen und öffnen uns für einen Loslass- und Erneuerungsprozess auf allen Ebenen.

Das Fasten in einer Gruppe ermöglicht es uns, unsere Erfahrungen mit anderen zu teilen und uns so gegenseitig zu unterstützen. Sanfte Bewegungs- und Wahrnehmungsübungen lassen uns mehr und mehr entspannen und bei uns ankommen. Bachblüten und die heilsame Atmosphäre in der Gruppe unterstützen uns bei unserem inneren Prozess.

Informationsabende: Mi. 6.3.18, 18.30 Uhr und Die. 3.4.18, 19.00 Uhr

Fastengruppen: Fr.9.3. – Sa.17.3.2018, 16.30 Uhr und 19.00 Uhr

Und Fr.6.4. – Sa. 14.4.2018, 19.00 Uhr

Kosten: 12,50 Euro pro Abend plus 7,50 Euro für Materialien

Wo?

Lebensquell

Süderdeich-Ost 6,

21730 Balje

Mit wem?

Irmgard Biermann

Heilpraktikerin



Telefonische Anmeldung unter 04753 – 8225 erforderlich