

## "Fasten & Wandern im Allgäu" vom 6. bis 13. April 2019



Die Informationsveranstaltung findet am Mittwoch, den 26. September um 17:30 Uhr im Kneipp-Treff, Tholeyerstr. 52 in St. Wendel statt.

Zum Fastenprogramm gehören Wanderungen durch das schöne Allgäuer Voralpenland, tägliche Meditations- und Entspannungsübungen, der gemeinsame Austausch, viele neue und interessante Infos zu den Themen Fasten und gesunde Ernährung, sowie Ruhe und Erholung.

Wohnen werden Sie der [Ferienhausanlage Pfolznar Hus](#), ruhig gelegen und doch nahe dem Ortszentrum von Oberstaufen, sowie dem Kurpark. Das Haus bietet einen weiträumigen Garten mit einer kleinen Hütte, wo man nach einer ausgiebigen Wanderung herrlich entspannen kann in absoluter Ruhe.



Lassen Sie Ihre Seele baumeln und gönnen Sie sich eine schöne, entspannte Woche für sich selbst. Erleben Sie das Allgäu von seiner schönsten Seite, entgiften, regenerieren und entschlacken Sie dabei ihren Körper unter fachkundiger Fastenbegleitung. Sie haben es sich verdient.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, wir bitten um vorherige Anmeldung. Geleitet wird die Fasten-Wanderwoche von Ernährungsberaterin und Fastenleiterin Margit Johann-Alles, Tel: 06854 7566, per Mail: [margit.joh-a@web.de](mailto:margit.joh-a@web.de) od. schauen Sie auf [www.alles-ernaehrung.de](http://www.alles-ernaehrung.de)