

Basenfasten in der Fastenzeit

Workshop + Fastentag



Sonntag, 16. März 2025, 10-16 Uhr

Leitung:

Siegfried Schill, Yogalehrer und Fastenbegleiter

Tel.: 0163 35 95 887 oder 06224 92 12 19

Mail: schill.leimen@freenet.de

Ein Tagesworkshop für alle,
auch für Nicht-Mitglieder des VfG.

„Wer fastet tut sich etwas Gutes. Denn Fasten
reinigt den Körper, klärt den Geist und hebt die Seele.“
Sebastian Kneipp

Tauchen Sie ein in einen Tag voller Entspannung,
wertvoller Informationen und Inspirationen für
ein ganzheitliches Wohlbefinden.

Themen des Workshops

Basische Ernährung
Erneuerndes Wasser
Heilende Kräuter
Wohltuende Bewegung
Die Innere Ordnung schaffen



Was Sie erwartet:



Entspanntes Yin Yoga zur Erholung und Neuausrichtung

Kreatives Kochen und Genießen einer leckeren
Gemüse-Suppe

Raum, Vergangenes loszulassen und Platz für Neues
zu schaffen

An diesem Tag außer 0,5-1 L warmes Wasser bitte
nichts frühstücken.

Kosten: 45,- Euro incl. Verpflegung,
VfG-Mitglieder 40,-€.



Freiwillige Mehrbeträge gelten als Spenden, und auf
Wunsch stellen wir eine Spendenquittung aus.

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich frühzeitig an, da die Plätze
begrenzt sind, per E-Mail an schill.leimen@freenet.de

Weitere Informationen zum VfG und dessen
Angeboten finden Sie auf unserer Webseite:
<https://vfg-leimen.de/sportangebote>

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

