



Berufsbegleitende

# Fastenwochen im Herbst 2024

**Heilfasten und Basenfasten zu Hause  
mit professioneller Begleitung!**

Individuelle Betreuung in der Gruppe  
mit Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin **Karin Fedl**

**„Zellerneuerung, Darm sanieren und  
neue Impulse im Lebensstil setzen!“**

## Termin & Pakete

**Heilfasten oder Basenfasten**  
08.–14. November 2024



**BASISPAKET**  
Heilfasten

7 TAGE, 5 TREFFEN  
KOSTEN: 236€/PERSON,  
205€ FÜR WIEDERHOLER



**BASISPAKET**  
Basenfasten

7 TAGE, 5 TREFFEN  
KOSTEN: 185€/PERSON,  
144€ DETOX PAKET/PERSON

Anmeldung bitte bis 3 Wochen vor dem Termin!

Anmeldung per Email bitte an [institut@karinfedlmassage.at](mailto:institut@karinfedlmassage.at), Informationen finden Sie auf der Homepage [www.karinfedlmassage.at](http://www.karinfedlmassage.at). Gerne können Sie mich auch telefonisch unter **0699/11391083** kontaktieren.

**Ich freue mich, Sie beim Fasten begleiten zu dürfen!**



Die Fastenwochen finden im **Karin Fedl – Massageinstitut** statt.  
Kärntner Straße 29/3, 8510 Stainz, Tel: 0699/11391083

## Programm November 2024

**BASENFASTEN und HEILFASTEN in der Gruppe**  
mit Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin Karin Fedl

**Freitag 8.11.2023 um 18.30 Uhr** : Start in die Fastenwoche, an diesem Abend besprechen wir das Programm und Sie bekommen alle Infos, inkl. Glaubersalz/Bittersalz für die Entleerung am Samstag.

**7 Tage Fastenprogramm:**

**Samstag: 12.00 -16.00 Uhr** Verpflegung und Wanderung

**Sonntag: 14.00 -18.00 Uhr** Wanderung und anschließend Körperanwendungen

**Montag: 19:00 Uhr** Themenabend Online

**Dienstag und Donnerstag Zusatzangebot**, siehe Info

**Donnerstag 7.30 Uhr** Fastenbrechen und Abschlussgespräch

### Zusatzangebot in der Fastenwoche:

Ich biete wieder **individuelle Massagen** an, zum Fasten. Gerade beim Fasten ist die Unterstützung mit Massagen sehr wohltuend. Über Massagezeiten und Kosten gebe ich im Email genaue Info.

Für Fragen könnt ihr mich gerne unter **0699 11391083** oder per **Email** [institut@karinfedlmassage.at](mailto:institut@karinfedlmassage.at) kontaktieren.

Ich freue mich sehr, Euch beim Fasten begleiten zu dürfen, in der Gemeinschaft ist es immer ein wunderbares Erlebnis.

Eure Karin Fedl