

Spirituelle Basen- Fastenkurs



... der Heil und
Leben mit sich bringt ...

mit **Sabine Kreuder** (staatl. gepr. Diätassistentin)
und **Birgit Kurmis** (Anleiterin zum spirituellen Körperspüren, seelsorgerliche Begleiterin)



Informationen zum Basen – Fasten
und Fasten für Gesunde



Übungen zum Körperwahrnehmen



Geistliche Impulse aus der
Bibel

Ein Informationsabend findet am
Dienstag, den 09. März 2021 um 20 Uhr statt.

Melden Sie sich bitte zu diesem Abend an.

TERMINE:

Dienstag, 16.03.2021; Donnerstag, 18.03.2021;

Dienstag, 23.03.2021 und Donnerstag, 25.03.2021, jeweils 20 Uhr

Ort:

Gemütlich von zuhause aus, ohne Anfahrtsweg

Anmeldung Basenfasten 2021:

Name: _____ Vorname: _____

Straße: _____ Wohnort: _____

Telefon: _____ Mailadresse: _____

Unterschrift:

Basenfasten oder Fasten für Gesunde

Fastenzeiten

- 1 - 2 Entschlackungstage
- 4 – 6 Basen- Fastentage
- 2 – 4 Aufbautage

Sie benötigen für die Abende einen ruhigen Platz und die Möglichkeit, Skype zu nutzen.

Wer das Basenfasten nutzen möchte, um sich basischer zu ernähren oder im Alltag Körper, Geist und Seele stärken möchte, ist ebenfalls herzlich eingeladen.

Kosten:

80 Euro

Veranstalterinnen:

Birgit Kurmis
Anleiterin zum Körperspüren
Seelsorgerliche Begleiterin
Stettiner Str. 38
35305 Grünberg
06401/2296078

Sabine Kreuder
Schulstraße 18
35305 Grünberg
06401 /904006
Varius@goldmail.de
<http://varius-gruppe.de/ernaehrung>

