



Katholische Erwachsenenbildung  
im Landkreis Deggendorf e.V.

## **Heilfasten - ein Weg zu Vitalität und Gesundheit**

### **Heilfasten nach Dr. Buchinger/Dr. Lützner**

#### **Einführung**

**Montag 17. April 19:00 Uhr**

#### **Fastenbegleitung**

**Freitag 21. April 19:00 Uhr**

**Sonntag 23. April 9:30 Uhr**

**Donnerstag 27. April 19:00 Uhr**

#### **Ort:**

Niederalteich, 94557 Niederalteich, Orangerie im Bürgerhaus, Guntherweg 3

Fasten ist der freiwillige Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel für eine begrenzte Zeit. Dabei gibt Fasten dem Körper die notwendige Ruhepause, um angesammelte Schadstoffe auszuscheiden und sich mit verstärkter Intensität zu heilen.

Nach einer Fastenkur erlangen Sie ein neues Bewusstsein.

Ihre natürlichen Instinkte kehren zurück. Heilfasten ist eine große Unterstützung bei der inneren Reinigung und bietet einen guten Einstieg in eine gesündere Ernährung und Lebensweise.

Die Zeit des Heilfastens beginnt mit 2 Entlastungstagen und 5 Fastentagen (mehr oder weniger Tage individuell möglich) sowie 3 Aufbau Tagen.

#### **Referent/in:**

**Kath. Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.**

Gundelauer Str. 7

94557 Niederalteich

Tel. 09901 62 28

Fax 09901 902880

[keb.deggendorf@bistum-passau.de](mailto:keb.deggendorf@bistum-passau.de)

[www.keb-deggendorf.de](http://www.keb-deggendorf.de)



Katholische Erwachsenenbildung  
im Landkreis Deggendorf e.V.

Hildegard Himpsl

**Kosten:**

85 Euro

**Veröffentlichungsdatum:** 03.02.2023

**Kath. Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.**

Gundelauer Str. 7  
94557 Niederalteich

Tel. 09901 62 28  
Fax 09901 902880  
[keb.deggendorf@bistum-passau.de](mailto:keb.deggendorf@bistum-passau.de)  
[www.keb-deggendorf.de](http://www.keb-deggendorf.de)