



### Leistungen

Während der Fastenzeit begleite ich Sie als Heilpraktikerin mit folgenden Leistungen:

- Vorgespräch und körperliche Untersuchung
- Individuelle und persönliche Fastenbetreuung
- Fastenverpflegung (tägl. frisch zubereitet)
- Teebar mit großer Auswahl
- Entspannungsübungen (Autogenes Training, PMR)
- Vitalisierende Morgengymnastik
- Geführte Wanderungen und Ausflüge
- Interessante Vorträge rund um Ernährung und Gesundheit
- 6 Übernachtungen im Einzel- und Doppelzimmer
- hauseigener Saunabereich zur täglichen Nutzung
- Kostenlose Nutzung von Bus und Bahn

### Extras

- Schröpfkopfmassage
- Rückenentspannungsmassage
- Ohrkerzenbehandlung

(optional buchbar)

Einfach  
wohlfühlen...



**Manuela Bauer**  
Heilpraktikerin

Sedanstraße 18 | 93055 Regensburg  
Tel: 0941 20 05 01 63  
Mobil: 0179 657 69 54  
E-Mail: [post@heilpraktiker-regensburg.net](mailto:post@heilpraktiker-regensburg.net)  
[www.heilpraktiker-regensburg.net](http://www.heilpraktiker-regensburg.net)

# Fastenurlaub

im Bayerischen Wald

Nehmen Sie sich eine Auszeit

Begleitet durch



**Manuela Bauer**  
Heilpraktikerin





### Fasten befreit von unnötigem Ballast

Erleben Sie in der Fastenwoche Ruhe, Natur und wohlthuende körperliche und geistige Reinigung. In einer Gruppe und fern vom häuslichen und beruflichen Umfeld hat sich Fasten besonders bewährt.

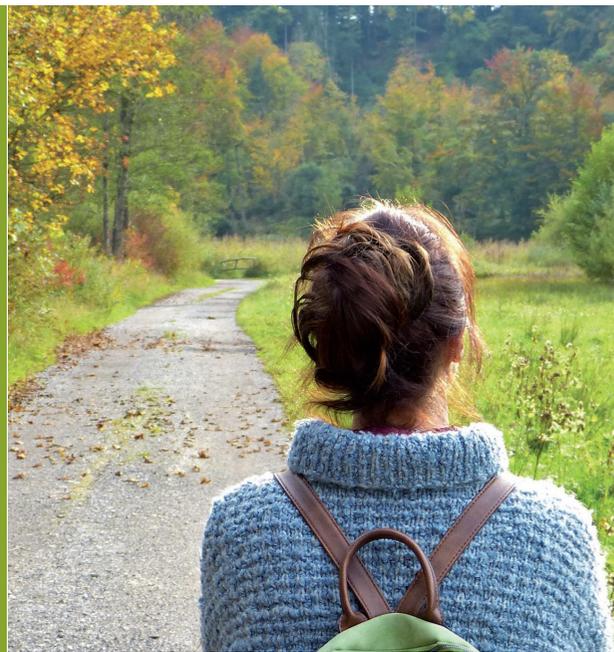
Es befreit von lästigen Pfunden, wertet das gesamte Körpergefühl auf und tut der Seele gut.

Außerdem fördert es positives Denken und kann innere Blockaden lösen.

### Impulse zur Veränderung können gesetzt werden

Heilfasten aktiviert die Selbstheilungskräfte des Körpers und kann zur Vorbeugung und Therapie folgender Erkrankungen begleitend eingesetzt werden:

- Stoffwechselerkrankungen
- Hauterkrankungen
- Rheumatische Erkrankungen
- Allergien und Unverträglichkeiten
- Verdauungsbeschwerden
- Durchblutungsstörungen



### Die Unterkunft

Das Ferienhaus liegt am Ortsrand des Luftkurorts Regen im Bayerischen Wald, mit wunderschöner Aussicht auf die Stadt und die Burgruine Weißenstein.

Es ist ein idealer Ausgangspunkt für leichte und mittelschwere Wanderungen.

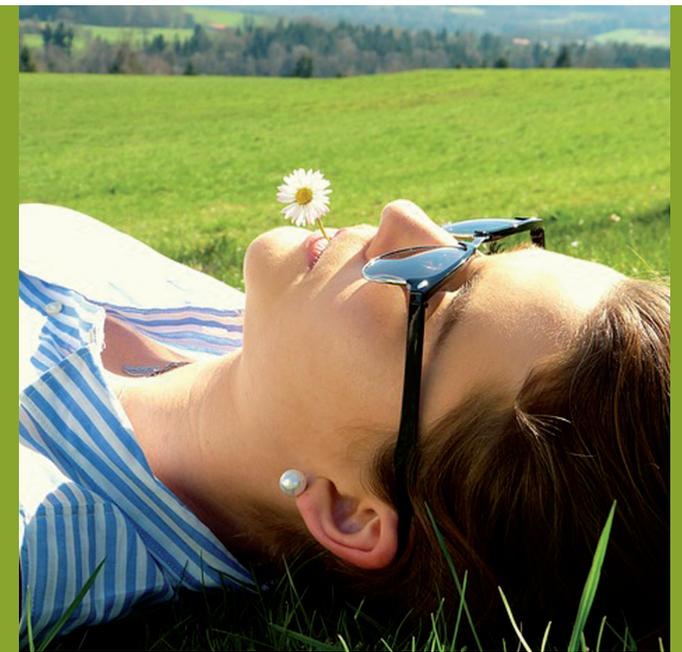
Die Zimmer der Unterkunft sind hell und gemütlich eingerichtet und mit einem Badezimmer ausgestattet. Die Teilnehmer wählen zwischen Zimmer ohne Balkon, mit Balkon oder mit Terrasse.

#### Das Haus verfügt über:

- 10 individuelle Zimmer
- große Sonnenterrasse
- Panorama-Dachterrasse
- großer Naturgarten mit Feuerstelle, Teich und Obstbäumen
- Gemeinschaftsraum mit Kamin
- helle Seminar- und Meditationsräume
- hauseigene Sauna

### Termin

10. März bis 16. März 2024



### Die Kosten

Der Gesamtpreis für die Fastenwoche setzt sich aus Fastenbetreuung und Übernachtungen zusammen und beinhaltet alle aufgeführten Leistungen.

Die Anfahrt zum Seminarort nach Regen ist nicht im Preis enthalten.

### Fastenbetreuung pro Person und Woche

Rundumbetreuung: 300 €  
(siehe Leistungen)

### Übernachtung pro Person für 6 Nächte

DZ mit großer Terrasse: 200 €  
DZ mit Balkon: 190 €  
DZ ohne Balkon: 170 €

(Zuschlag/Einzelzimmer: pausch. 60 €)

**Gerne berate ich Sie persönlich.**