

Fasten im Alltag!



- Inhalt:** Bei unseren täglichen Treffen erhalten Sie die Gelegenheit zum Austausch und Fragen zu stellen. Mit kurzen Kneipp-schen Anwendungen, Entspannung und Bewegung unterstützen wir den Prozess des Fastens. Dazu gibt es viele Tipps und Anregungen für die Fastenwoche. Wir fasten nach der Buchinger Methode. Lassen Sie sich überraschen, wir freuen uns auf Sie.
- Kursleitung:** Verena Dudler, Gesundheitsberaterin und Fastenleiterin SKV
- Datum:** Samstag, 06. bis Freitag, 12. Mai 2023
- Zeit:** Samstag 15 bis 17 Uhr, ab Sonntag täglich 9 bis 11 Uhr
- Treffpunkt:** Gemeinschaftsraum, Cunzstrasse 15, 9016 St. Gallen
- Kosten**
- | | |
|-----------------------|-----------|
| Mitglieder | CHF 165.- |
| Gäste/Nichtmitglieder | CHF 186.- |
- Anmeldung:** Bis Montag, 24. April 2023 bei Verena Dudler
Tel. +41 71 841 71 55 / Mail: verena.dudler@gmail.com
- Weiteres:** *Versicherung ist Sache der Kursteilnehmer*