

Die heilsame Wirkung des Fastens nach Buchinger-Lützner - Fastenwoche

In einer Fastenwoche gemeinsam mit Gleichgesinnten fällt es leichter, alte Gewohnheiten zu lassen und neue einzuüben wie bewusstere Ernährung, mehr Bewegung, Verbesserung der Alltagsrituale u.v.m. Nach dem Fastenabend und 2-3 Entlastungstagen treffen sich die Teilnehmer:innen an 3 weiteren Abenden, um Erfahrungen auszutauschen und motiviert zu bleiben. Die Trainerin begleitet die Fastengruppe während der gesamten Fastenwoche - inklusive Tees und Knäckebrot beim Abschluss.

Information

Kursdauer:	6 Einheiten
Kursbeitrag:	60,00 € Teilnahmebeitrag (plus € 3
	Lebensmittelkosten (Tee und Knäckebrot) und
	nach Bedarf € 3 für Glauber- und Bittersalz)
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Alle Interessierten

Verfügbare Termine

10.01.2026 19:30, Thiersee

Ort	Thiersee
Beginn	10.01.2026 19:30
Ende	15.01.2026 21:30
Örtlichkeit	Volksschule Landl - Thiersee, Landl 52, 6335
	Thiersee
Information	Anmeldung bei Ortsbäuerin Sabine Sieberer, T
	0676/7171924
Kursnummer	7-1005098
Trainer:in	Annemarie Laiminger
Veranstalter	Ländliches Fortbildungsinstitut Tirol Bezirk
	Kufstein
Termin 1	10.01.2026, 19:30 - 21:30 Uhr
Termin 2	12.01.2026, 19:30 - 21:30 Uhr
Termin 3	15.01.2026, 19:30 - 21:30 Uhr

© 2025 - Ifi.at Ausdruck vom 27.11.2025