

SAFT FASTEN

BALANCE FÜR
KÖRPER UND SEELE



HOFLADEN Öffnungszeiten
Freitags von 8 – 18 Uhr

MARKTTAG Kutschkermarkt/Wien
Samstags von 7 – 13 Uhr

ZIMMERBUCHUNG & ALLGEMEINER KONTAKT

Marion Aigner

+43 676 6010518 . marion.filz@gmail.com
www.biohofzumgruenenbaum.at



SAFT FASTEN

Verbringen Sie Ihre Fastenkur in der ruhigen und naturverbundenen Atmosphäre unseres Bio-Bauernhofs. Genießen Sie dabei nicht nur die wohltuende Wirkung des Fastens, sondern auch die frische Landluft, regionale Bio-Produkte und unsere herzliche Gastfreundschaft. Hier finden Sie den idealen Ort, um Körper und Geist in Einklang zu bringen und neue Energie zu tanken.

TERMINE FÜR 2024/2025

09. November – 15. November 2024

07. Dezember – 13. Dezember 2024

11. Jänner – 17. Jänner 2025

15. Februar – 21. Februar 2025

01. März – 07. März 2025

05. April – 11. April 2025

Es ist auch außerhalb der angegebenen Termine möglich, gemeinsam mit Freunden, dem Ehepartner oder der Familie zu fasten.

Für Buchungen und weitere Auskünfte stehen wir gerne zur Verfügung.
Marion Aigner . 0676/6010518 . www.biohofzumgruenenbaum.at
Hermi Scharinger . ärztlich geprüfte Fastenleiterin . 0676/89881006

SAFT FASTEN



Einige Tage auf feste Nahrung zu verzichten, reinigt Körper und Geist. Fasten entlastet den Stoffwechsel und die Verdauungsorgane und hilft, ein neues Ernährungsbewusstsein zu schaffen und sich von Überflüssigem im Leben zu befreien. Es führt zu einer tieferen Verbundenheit mit sich selbst, mit der Natur und anderen Menschen.

UNSER ANGEBOT

- eine umfassende Einführung in das Fasten im Rahmen eines Vorgesprächs
- eine Woche Saftfasten nach Buchinger/Lützner mit ärztlich geprüfter Fastenleiterin
- Wohnen in modern ausgestatteten Apartments
- Säfte & Suppen mit Bio-Bauernhof-Produkten
- gemeinsame Wanderungen
- Tipps und Anregungen für danach
- Mappe für zu Hause (Rezepte & Übungen)



DIVERSE BEGLEITUNGEN ZUM LEICHTEREN FASTEN WERDEN ANGEBOTEN

- Yoga-Sessions
- Dipl. Personal Medical Trainerin
- Aroma-Wellness-Anwendung
- Leberwickel und Fußbäder
- Sauna in unserer Holzhütte
- Jutetasche mit eigenem Bademantel, Wärmeflasche, Thermoskanne, guten ätherischen Ölen, Bio-Öl für Zungenreinigung, Wanne für Fußbäder, Bio-Tees, Glaubersalz, Fastenbuch
- psychologische Begleitung
- Bio-Wurzelgemüse vom Hof für die Zeit danach

DAS FASTEN TEAM



ÜBERNACHTUNGEN

- Wohnen in modern ausgestatteten Apartments
- im Presshaus Marlene mit 57 m²
- in der Suite Anada mit 30 m²



BUCHUNGEN

Marion Aigner
2013 Porrau 49
+43 676 6010518
marion.filz@gmail.com
www.biohofzumgruenenbaum.at

