

# 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 +43 676/6010518 . Herbert +43 660/8025142  
[urlaub@biohofzumgruenenbaum.at](mailto:urlaub@biohofzumgruenenbaum.at)

Biohof zum Grünen Baum . Porrau 49 . 2013 Göllersdorf  
[www.biohofzumgruenenbaum.at](http://www.biohofzumgruenenbaum.at)

”

Fasten betrifft den ganzen Menschen, jede einzelne seiner Körperzellen, seine Seele, seinen Geist.

DR. HELLMUT LÜTZNER  
FASTENARZT | 1928-2020

”

Ich habe es noch nie versucht - deshalb bin ich mir sicher, dass ich es schaffe.

PIPPI LANGSTRUMPF  
IDOL

ASTRID LINDGREN  
SCHRIFTSTELLERIN | 1907-2002





# 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

- umfassende Einführung ins Fasten im Rahmen eines tel. Vorgesprächs
- Saftfasten nach Buchinger/Lützner mit ärztlich geprüfter Leiterin
- Wohnen in modern ausgestatteten Apartments
- Säfte & Suppen mit Bio-Bauernhof-Produkten und Bio-Wurzelgemüse vom Hof für die Zeit danach
- gemeinsame Wanderungen
- Tipps sowie eine Mappe mit Rezepten & Übungen
- Leberwickel und Fußbäder
- Sauna in unseren Holzhütten und Entspannung im Whirlpool
- Jutetasche mit eigenem Bademantel, Wärmeflasche, Thermoskanne, guten ätherischen Ölen, Bio-Öl für Zungenreinigung, Wanne für Fußbäder, Bio-Tees, Glaubersalz



DIVERSE BEGLEITUNGEN ZUM LEICHTEREN FASTEN WERDEN AUF WUNSCH KOSTENPFLICHTIG ANGEBOTEN.

- Yoga-Sessions
- Dipl. Personal Medical Trainerin
- Aroma-Wellness-Anwendung
- psychologische Begleitung



## DAS FASTEN TEAM

## ÜBERNACHTUNGEN

Wohnen in modern ausgestatteten Apartments

- im Presshaus Marlene mit 57 m<sup>2</sup>
- in der Suite Ananda mit 30 m<sup>2</sup>
- im Apartment Lavendel mit 45 m<sup>2</sup>



Presshaus Marlene



Apartment Lavendel



Suite Ananda



## BUCHUNGEN

Marion +43 676/6010518  
urlaub@biohofzum  
gruenenbaum.at  
Herbert +43 660/8025142