

Unser Vorhaben:

Mit dem Dreiklang „Den Geist befreien – die Seele ermutigen – den Leib entschlacken“ laden wir zum „Fasten für Gesunde“ ein. Wir fasten in Anlehnung an das Konzept von Buchinger: Nur Flüssigkeit zu sich nehmen (Wasser, Tees, Gemüsebrühe, Säfte), auf Kaffee, Schwarztee, Alkohol und Nikotin verzichten und für regelmäßige Darmentleerung sorgen.

Während wir durch das schöne Knüllgebirge wandern, vollziehen sich heilende Vorgänge in Körper und Seele. Bibeltexte und Gespräche unterwegs helfen uns, anstehende Lebensfragen zu klären, empfindsamer zu werden, Neues zu denken und einzuüben.

Fasten ist eines der ältesten Naturheilverfahren. Es kann dazu beitragen, ernährungsbedingten Krankheiten vorzubeugen.

Fasten ist nicht Hungern, sondern Ernährung von innen: Der Körper holt sich die notwendige Energie aus Reserven und baut dadurch störenden Ballast ab. Ganzheitliches Fasten bezieht sich nicht nur auf körperliche Vorgänge, sondern erfasst auch Geist und Seele.

Fasten heißt: Abstand gewinnen vom Alltag, zur Ruhe kommen, sich auf wahre Bedürfnisse besinnen.

Aus dem Programm:

Wir beginnen den Tag mit Morgengebet und Kurzandacht, anschließendem Frühtrinken mit Austausch. Gemeinsam brechen wir dann bei jeder Wetterlage zu Wanderungen (10-20 km) in der landschaftlich reizvollen Gegend von Knüll und Schwalm auf. Die Wanderungen sind auf die individuelle Kondition und Tagesform der Teilnehmer abgestimmt und bieten jeweils ein bis zwei Abkürzungen. Unterwegs planen wir eine (zeitlich begrenzte) Schweigezeit.

Nach der Rückkehr von den Wanderungen besteht Zeit zur persönlichen Ruhe, für Leberwickel und Massagen. Eine Massage kostet 15 €.

Abendtrinken, Vorträge u.a. zur Ernährung und Abendliturgie schließen den Tag ab.

Die Fastenfreizeit beginnt am Sonntag um 18.00 h und endet am Freitagmittag.

Wichtiger Hinweis:

Unser Angebot richtet sich an gesunde Menschen, die ohne (kontrollbedürftige) Medikamente auskommen können und in guter körperlicher und psychischer Verfassung sind. Unter- oder stark Übergewichtige und **Erstfaster** über 65 Jahren bitten wir um Rücksprache mit der Leitung. Diese Fastenwoche ist ein „Fasten für Gesunde“ in eigener Verantwortung. Es handelt sich nicht um ein Heilfasten unter Anleitung eines Facharztes.

Name und Anschrift des Teilnehmers:

Vorname, Name

Straße, Nummer

PLZ, Ort

Tel.:

Bitte ausfüllen:

Geb. am:

Email:

Ich möchte Massage in Anspruch nehmen.

1x

2x

Ich bin mit der Veröffentlichung meiner Adresse und Telefonnummer im Infobrief für die Teilnehmer einverstanden.

JA Nein

Anmeldung:
(Mindestteilnehmerzahl 12, max. 20)
Termin: **O** 20. – 25.05.2012

Ich melde mich hiermit verbindlich für das Fasten-
Wandern in Neukirchen/Knüll an. Mit dieser Anmeldung
bestätige ich, dass ich mich für gesund halte bzw. im
Zweifelsfall vom Arzt die Erlaubnis zum Fasten habe.
Ich erhebe keinen Haftungsanspruch gegen den
Fastenleiter, die Organisation bzw. den Träger dieser
Fastenwoche.

Rückantwort / Anmeldung

Kurt und Isolde Peter
Kirchberger Str. 9

34308 Bad Emstal

Ich habe bereits Fastenerfahrung Ja / Nein

Einzelzimmer Ja / Nein

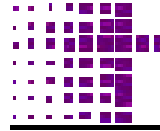
Dusche/WC Ja / Nein

Datum, Unterschrift _____



Veranstalter:

(Anmeldungen nur an die Freizeit-Leitung!)
Ev. Gemeinschaftsverband
Hessen Nassau e.V.
Heimbachweg 18a
34626 Neukirchen/Knüll
Tel.: 06694/9110210
Email: info@eghn.de
Internet: www.eghn.de



Anmeldung und Leitung:

Kurt und Isolde Peter
Kirchberger Str. 9
34308 Bad Emstal
Tel.: 05624/1892
Email: Kurt-Peter@gmx.net

Übernachtung und Verpflegung:

Knüll-House (EC-Freizeitheim)
34626 Neukirchen/Knüll

Kosten: (Übernachtung incl. Verpflegung)

Preise wie Vorjahre - Keine Erhöhung!
€ 195 (DZ) / € 215 (EZ) DU/WC auf Flur
€ 215 (DZ) / € 235 (EZ) DU/WC;
Anzahlung € 40 bei Anmeldung.
Nach dem Eingang erhalten Sie eine
Anmeldebestätigung.

Wir weisen darauf hin, dass die Anzahlung
bei evtl. Stornierung als Bearbeitungs-
gebühr beim Veranstalter bleibt.

Bankverbindung:

Ev. Kreditgenossenschaft Kassel
Konto 100003220 BLZ 520 604 10
IBAN: DE54 5206 0410 0100 0032 20
BIC: GENODEF1EK1



Fasten – Wandern

mit dem

Dreiklang

- ✘ den Geist befreien
- ✘ die Seele ermutigen
- ✘ den Leib entschlacken

20. – 25.05.2012

in Neukirchen/Knüll

