



FASTEN & DETOX

Leicht in den Frühling

Zeit für einen Neustart – für Körper, Energie & innere Balance

Fühlen Sie sich nach dem Winter erschöpft, aufgebläht oder nicht richtig in Ihrer Kraft?

Haben Sie das Gefühl, Ihr Körper braucht eine Pause – und Ihr Kopf auch?

Ihre Vorteile:

- ✓ Mehr Energie und Vitalität
- ✓ Entlastung von Verdauung und Stoffwechsel
- ✓ Weniger Völlegefühl, Müdigkeit und Schwere
 - ✓ Mentale Klarheit und innere Ruhe
- ✓ Bewussterer Umgang mit Ernährung danach
- ✓ Nachhaltige Impulse für Ihre Gesundheit

Fasten bedeutet hier nicht Verzicht, sondern Fürsorge!!

Ablauf:

26.03.2026 | 19:30 – 20:30 Uhr

Informationsabend – Vorbereitung, Ablauf & Fragen (Lea Streubel)

18.04.2026

Beginn der Fastenwoche (selbstständig zu Hause)

20.04.2026 | 19:30 – 20:45 Uhr

Organmassage – Aktivierung der Entgiftung (Lea Streubel)

22.04.2026 | 18:00 – 19:15 Uhr

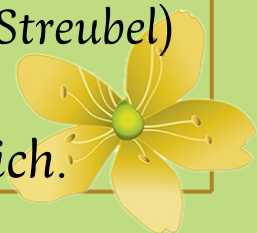
Geistiges Entgiften & Organ-Qi-Gong (Marika Jetelina)

24.04.2026 | 20:00 – 21:00 Uhr

Abschluss: Fasten & Detox – wie geht es danach weiter? (Lea Streubel)



Teilnahme an allen Terminen auch online möglich.





Fasten & Detox im Frühling

Der Frühling ist die ideale Zeit, um Ballast loszulassen, neue Energie aufzubauen und sich wieder leichter, klarer und wohler zu fühlen. Mit dieser ganzheitlich begleiteten Fastenzeit schenken Sie Ihrem Organismus die Möglichkeit zur Regeneration — sanft, bewusst und alltagstauglich.

Sie werden fachlich begleitet und erhalten ein klares Konzept, das Sie selbstständig zu Hause umsetzen können — ergänzt durch gemeinsame Termine mit wirkungsvollen Impulsen aus Naturheilkunde, Bewegung und Entspannung.

Besondere Highlights während der Woche

- Organmassage zur Aktivierung der Entgiftung
- Organ-Qi-Gong für Energiefluss und Stoffwechsel
- Meditation „geistiges Entgiften“ für mentale Entlastung
- Tipps für die Zeit nach dem Fasten

Individuelle Vertiefung

Auf Wunsch können Sie Ihr Programm individuell vertiefen durch:

- Kinesiologische Testung von unterstützenden Präparaten
 - Detox-Fußbad
 - Detox-Massage
 - Akupunktur

(Diese Leistungen sind nicht im Preis enthalten - sprechen Sie uns gerne an)

Kosten

95 € p. P.

✓ inkl. Buch „Fasten & Detox“

✓ inkl. aller Termine (26.03. / 20.04. / 22.04. / 24.04.)

👉 Für Teilnehmer:innen mit Buch vom Vorjahr: 85 € p. P.

Für weitere Details dürfen Sie sich gerne an uns wenden.

Kontakt & Anmeldung

Zentrum für Naturheilkunde, Lea Streubel (Heilpraktikerin)

Großwiesenstr. 16 · D-78591 Durchhausen

 Tel.: 01523 6247412  Mail: info@naturheilpraxis-streubel.de

