



Basenfasten für Fortgeschrittene

beim TUS Beuren e. V. vom 19.03.2019 – 29.03.2019

mit Doris Bäder (Staatl. Geprüft Ökotrophologin, Ernährungsberaterin,
Basenfasten-Kursleiterin nach Wacker)

1 Termin: Dienstag, 19.03.2019

18:00 - 19:30 Uhr

Vorbereitung auf die Basenfastenwoche.

(NEWS, Schüsslersalze, Darmreinigung, ...)

Treffpunkt: Doris Bäder, Waldstr. 6/1, Grasbeuren

Beginn Basenfasten mit Vollmond am 21.03.2019 - kein Treffen - unsere fortgeschrittenen Teilnehmer beginnen an diesem Tag zu Hause mit dem Basenfasten

2. Termin: Freitag, 22.03.2019

16:00 - 17:00 Uhr

Kräuterwanderung Hermannsdorfer Daisendorf

(Extra Kosten 8,50 € pro Teilnehmer vor Ort zu bezahlen) Treffpunkt wird noch bekanntgegeben

3. Termin: Samstag, 23.03.2019

16:00 - 17:30 Uhr

Waldspaziergang, Baummeditation mit Tanja

Treffpunkt wird noch bekanntgegeben

4. Termin: Sonntag, 24.03.2019

10:00 - 11:15 Uhr

Rückenfit, Stretching, Entspannung mit Anke

Treffpunkt: DGH Beuren

5. Termin: Dienstag, 26.03.2019

18:00 - 19:30 Uhr

Neue Rezepte, Smoothies...) und Entspannung mit Kerstin

6. Termin: Freitag Abschlussessen

18:00 - 20:00 Uhr

Lichtblick Markdorf

Anmeldung bis 01. März - **Anmeldung ist nur verbindlich wenn die Kursgebühr bis zum 01. März überwiesen ist.** Vielen Dank!

Konto TUS Beuren e.V. Sparkasse Salem DE23690517250002043032

Mitglieder TUSBeuren e. V. 30,00 Euro

Nichtmitglieder 50,00 Euro

Bei Fragen sind wir gerne für Euch da - ruft einfach an!

Anke Wagner TUS Beuren 0170 8079097

Doris Bäder Kursleiterin 07556-1254