

Basenfasten sanft entlasten – ohne Hungern

**Infoabend am Di. 2.6.
17:30 Uhr**

für dich, wenn du:

- dich wieder wohler in deinem Körper fühlen möchtest
- das Gefühl hast, dein Körper braucht Entlastung
- wieder bewusster essen und leben möchtest
- dir selbst endlich wieder mehr Aufmerksamkeit schenken willst

9 Tage Begleitung

2 Tage: sanft ankommen & vorbereiten

7 Tage: konkrete Umsetzung

- kleine alltagstaugliche Schritte statt radikalem Verzicht
- achtsame Begleitung – ohne Druck
- genussvoll satt essen
- begleitendes Yoga und Breathwalk

Wo: Beruf und Gesundheit, Industriestr. 2,
Eingang 2, 65779 Kelkheim

**BASENFASTEN
16.6. – 25.6.**



starte deine Reise hier:



Schreib mir über Whats app

marionfischercoaching.de/basenfasten
info@marionfischercoaching.de

buche dir einen Infotermin, wenn du unsicher bist, ob Basenfasten in deiner Situation gerade passt über: marionfischercoaching.de oder  0175 8577608