



Fastenwandern auf Sylt: Mit Freude zum gesünderen Leben

Die Familie Werner bietet seit mehr als 18 Jahren das Fastenwandern auf der schönen und abwechslungsreichen Nordseeinsel Sylt an.

Ausgestattet ist es mit natürlichen Mineralien, einer Solaranlage zur Warmwasserversorgung und sehr vielen liebevollen Details. Unter der Adresse www.fastenwandern-sylt.de ist die Homepage des Fastenhauses erreichbar. Hier findet der Interessierte alle Informationen die er für einen einmaligen und erholsamen Fastenurlaub benötigt.

Das gesamte Team und selbstverständlich auch die Familie Werner helfen ihren Gästen durch sehr viel Engagement bei ihrer Fastenkur und unterstützen sie auf dem Weg neue Energien und Kraft zu tanken. Besonderer Wert wird bei den Seminaren auf die Bewegung gelegt. Aus diesem Grund erhält der Gast hier unter anderem die Angebote Radfahren und Wandern. Neben diesen beiden Bewegungsmöglichkeiten werden die Seminare zudem durch Nordic Walking, Vorträge, Yoga, Colon-Hydro-Therapien und einer sehr großen Auswahl an Wellnessangeboten ergänzt. Neben diesen Angeboten unterstützt das heilende Klima der Nordseeinsel Sylt die Fastenkur in einem sehr großen Maß. Das Fasten in der Gruppe ist ein weiterer wichtiger Vorteil für den Gast. So fallen das Fasten und das Wandern zu einem großen Teil einfacher und machen zudem auch sehr viel Spaß und Freude.

Die Fastenkur der Familie Werner auf Sylt ist angelehnt an das Heilfasten nach Otto Buchinger und das Fastenwandern nach Christoph Michl. Er war derjenige, der das Fasten in Deutschland bekannt gemacht hat. Nach Buchinger umfasst das Programm zum Fasten eine basenreiche Verpflegung mit zum Beispiel frisch zubereiteter Gemüsebrühe, täglich frisch gepressten Säften und einem umfangreichen Angebot an wohlschmeckenden Kräutertees. Das Fastenwandern nach Michl beinhaltet ein großes Maß an Bewegung. Durch diese Kombination ist ein sehr hoher Erholungswert gewährleistet.

Fastenwandern Werner
Kolberger Str. 3
25980 Sylt / OT Westerland

Telefon: 0049 (0)4651 - 88 64 77
Fax: 0049 (0)4651 - 55 64 78
E-Mail: werner@fastenwandern.de
Internet: www.fastenwandern-sylt.de

Pressekontakt

Firmenkontakt

Fastenwandern Sylt

Frau Heike Werner
Kolberger Str. 3
25980 Sylt OT Westerland

fastenwandern-sylt.de
werner@fastenwandern-sylt.de

Herzlich willkommen im Fastenhaus der Familie Werner auf Sylt!

Seit über 18 Jahren bieten wir Fastenwandern auf der schönsten und abwechslungsreichsten Nordseeinsel Deutschlands an. Dadurch verfügen wir über einen großen Erfahrungsschatz im Bereich Fasten. Unser qualifiziertes Team besteht unter anderem aus acht Heilpraktikerinnen bzw. Physiotherapeut/innen, die Sie wechselweise bei Ihrer Fastenwoche begleiten. Im Jahr 2002 wurde unser Fastenhaus eröffnet und steht ausschließlich unseren Fastengästen zur Verfügung. Es ist mit natürlichen Materialien, vielen liebevollen Details und einer Solaranlage zur Warmwasserversorgung ausgestattet.

Wir unterstützen Sie bei der Fastenkur, begleiten Sie mit viel Engagement und helfen Ihnen, Kraft zu tanken und neue Energien zu gewinnen. In unseren Fastenseminaren legen wir Wert auf viel Bewegung wie Wandern und Radfahren. Weiter werden die Seminare ergänzt durch Yoga, Nordic Walking, Vorträge, Colon-Hydro-Therapie und eine große Auswahl an Wellnessangeboten. Außerdem wirkt das heilende und befreiende Klima der Nordsee unterstützend. Und nicht zu vergessen: Das Fasten und Wandern in der Gruppe ist wesentlich einfacher und macht so mehr Freude. Wir freuen uns auf Sie!

Ihre Ulla & Heike Werner