



Sich wie neu geboren fühlen durch Fastenwandern bei Familie Werner auf Sylt

Fastenwandern bei Familie Werner auf Sylt, gesund und erholsam, kann der erste Schritt für weitere Veränderungen im Leben sein.

Sylt ist eine wunderschöne Nordseeinsel in Deutschland mit einem wohltuenden Klima.

Seit 2002 gibt es hier das Fastenhaus der Familie Werner, in dem man sich auf Anheb wohlfühlt und neue Kraft für den Alltag gewinnen kann. Physiotherapeuten bzw. Heilpraktikerinnen bieten Unterstützung beim Fasten.

Seminare, Wandern, Radfahren, Nordic Walking, Yoga, Colon-Hydrotherapie und eine Reihe von Wellnessmöglichkeiten werden angeboten. In einer Gruppe von Gleichgesinnten ist das Fasten auf jeden Fall leichter und angenehmer.

Die Fastenkuren bei der Familie Werner auf Sylt richten sich nach den Erkenntnissen von Otto Buchinger, der sich intensiv mit dem Heilfasten beschäftigte. Hier wird das Fastenwandern so durchgeführt, wie es durch Christoph Michl bekannt ist. Frische Luft und Bewegung tun Körper und Seele gut.

Beim Fastenwandern dürfen die Wanderschuhe nicht fehlen.

Es gibt eine ganze Reihe von Gründen, die für das Fastenwandern sprechen: sehr viele Menschen essen nicht vollwertig, bewegen sich zu wenig oder trinken zu viel Alkohol.

Beim Heilfasten verzichtet man für eine gewisse Zeit freiwillig auf Nahrung, meist ohne dass ein Hungergefühl spürbar wird. Dabei kommt es unter anderem zum Entschlacken, zur Reduzierung des Körpergewichtes, zum Lösen von Blockaden und zu einer positiven Einflussnahme auf das Immunsystem. Sich wohl und gestärkt fühlen sind weitere Folgen.

Heilfasten, in regelmäßigen Abständen durchgeführt, kann chronische Krankheiten bessern.

Viele Gäste des Fastenhauses der Familie Werner sehen ihren Aufenthalt als eine Auszeit vom Alltag und nutzen ihn, um einen gewissen Abstand zu finden. Sie spüren Impulse dafür, sich in Zukunft gesünder zu ernähren, weniger zu essen oder sich mehr zu bewegen.

Angaben zum Unternehmen:

Fastenwandern Werner

Kolberger Straße 3

25980 Sylt / OT Westerland

Tel.: 04651-886477

E-Mail: werner@fastenwandern-sylt.de

Internet: www.fastenwandern-sylt.de

Verantwortlich für TextEinstellung:

DieWebAG

Email: presse@diewebag.de

Internet: www.diewebag.de/google-freshness-update.php

Pressekontakt

Fastenwandern Sylt

Frau Heike Werner

Kolberger Str. 3

25980 Sylt OT Westerland

fastenwandern-sylt.de

werner@fastenwandern-sylt.de

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