



### **Durch Fastenwandern zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden gelangen**

*Sylt: Fastenwandern auf der herrlichsten Nordseeinsel - Ein ganzheitliches Konzept verbindet das Fasten nach Buchinger mit viel Bewegung und angenehmer Entspannung.*

Das Haus steht ausschließlich Fastengästen zur Verfügung. Eine Reduktion des Gewichts, ein gestärktes Immunsystem und viel Bewegung in dem heilenden Nordseeklima, das hat schon viele Gäste begeistert.

Familie Werner und ihr exzellentes Mitarbeiter-Team stehen ihren Gästen rund um die Uhr zur Verfügung. Die Fastenwochen werden nach der sehr beliebten Buchinger Methode durchgeführt. Für die Gäste bedeutet das: viele leckere Tees, Gemüsesuppen und frische Obst- und Gemüsesäfte. Durch die großen Mengen an Flüssigkeit verspüren die Teilnehmer so gut wie kein Hungergefühl.

Die liebevoll eingerichteten Zimmer laden die Gäste zum Entspannen ein, stressige Arbeitstage werden schnell vergessen und ein optimales Wohlbefinden erfüllt die Gäste schon nach kurzer Zeit. Gesundheitliche Beschwerden wie Kopfschmerzen, Allergien, Magen- und Darmprobleme und rheumatische Beschwerden werden durch eine Fastenwoche sehr positiv beeinflusst. Verschiedene Wellness Behandlungen stehen den Gästen ebenso zur Verfügung, wie eine Bibliothek und eine ansprechende Aroma-Sauna. Radtouren, Wanderungen, Nordic Walking und Yoga sind nur ein kleiner Teil des sehr abwechslungsreichen Programms des Fastenhauses.

Ein qualifiziertes Team, jahrelange Erfahrung und eine wunderschöne Lage direkt an der Nordsee, garantieren einen gelungenen Aufenthalt im Fastenhaus auf Sylt. Weitere Informationen sowie die Preise erhalten Interessenten auf der Webseite: [www.fastenwandern-sylt.de](http://www.fastenwandern-sylt.de)

Angaben zum Unternehmen:

Fastenwandern Werner  
Inh. Heike Werner

Kolberger Str. 3  
25980 Sylt / OT Westerland

Tel.: 0049 - (0)4651 - 886477  
Fax: 0049 - (0)4651 - 886478  
E-Mail: [werner@fastenwandern-sylt.de](mailto:werner@fastenwandern-sylt.de)  
Internet: [www.fastenwandern-sylt.de](http://www.fastenwandern-sylt.de)

Verantwortlich für TextEinstellung:  
DieWebAG  
Email: [presse@diewebag.de](mailto:presse@diewebag.de)  
Internet: [www.diewebag.de](http://www.diewebag.de)

### **Pressekontakt**

Fastenwandern Sylt

Frau Heike Werner  
Kolberger Str. 3  
25980 Sylt OT Westerland

[fastenwandern-sylt.de](http://fastenwandern-sylt.de)  
[werner@fastenwandern-sylt.de](mailto:werner@fastenwandern-sylt.de)

### **Firmenkontakt**

Fastenwandern Sylt

Frau Heike Werner  
Kolberger Str. 3  
25980 Sylt OT Westerland

[fastenwandern-sylt.de](http://fastenwandern-sylt.de)  
[werner@fastenwandern-sylt.de](mailto: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