



**ab EUR
853,00**

VITAL-FASTEN 7 TAGE Individuell

Die einzigartige Kombination von ganzheitlichen Anwendungen für Körper und Geist und einmalige Naturerlebnisse im milden Elbtalklima helfen Ihnen dabei, zu regenerieren und Ballast abzuwerfen. Vital-Fasten bedeutet, sich eine Auszeit zu nehmen, um dann mit neuem Körperbewusstsein und resensibilisierten Sinnen frei und gestärkt andere Wege zu gehen.

- *7 Übernachtungen inklusive Fasten-Mahlzeiten nach Fasten-Plan (klare Gemüsesuppen sowie Obst- und Gemüsesäfte)*
- *täglich Nahrungsergänzungstoffe, Mineralwasser und Basen-Tees*
- *Aufbaukost nach Buchinger & Lützner*
- *Frühstück am 7. Tag / gesundes Vollwert-Abend-Gericht am 6. Tag*
- *regelmäßige Betreuung durch unsere qualifizierte Fastentrainerin*
- *ärztliches Fasten-Einführungsgespräch mit Anamnese*
- *eine Ernährungs-, Gesundheits- und Bewegungsberatung*
- *Anleitung zu basischen Fußbädern zur Entschlackung und Entgiftung*
- *Darmentleerung nach Beratung*
- *drei feuchtwarme Heu-Leberwickel*
- *Bewegungs- und Entspannungstraining nach Angebot (z.B. Aquagymnastik)*
- *tägliche Nutzung des Viva Vital SPA mit Aurorabad, Saunalandschaft und Fitnesscenter, Leihbademantel*

Nebensaison **ab EUR 853,00** pro Person im Doppelzimmer (Zimmer mit Blick zum Atrium)
Hauptsaison **ab EUR 916,00** pro Person im Doppelzimmer (Zimmer mit Blick zum Atrium)

Zubuchbar: Fasten-Ergänzungstag ab EUR 72,00 p. P. im DZ

Zuschläge pro Person: EZ-Zuschlag: EUR 15,00 pro Nacht • Verlängerungsnacht inkl. Frühstück ab EUR 60,00 pro Person



Hauptsaison: 01.04.10 - 31.10.10 / 23.12.10 - 02.01.11
Nebensaison: 01.11.10 - 22.12.10 / 03.01.11 - 14.04.11