

Fasten und Fastenformen

(Einführungskurs)

BEAUTY / WELLNESS



Fasten ist ein Frühjahrsputz für Körper, Seele und Geist. Es bedeutet immer eine Zäsur, ein Rückzug aus dem Alltagstrubel und der Reizüberflutung, der wir ständig ausgesetzt sind. Deshalb trägt das Verfahren nicht nur zur Entschlackung und Entgiftung des Körpers bei, sondern schafft neuen Raum durch die Lösung von seelischem und geistigem Ballast.

In diesem Seminar werden neben der physiologischen Seite des Fastens auch das seelisch-geistige Erleben des Fastenden behandelt. Zudem spielen die Themen Planung und Aufbau einer Fastengruppe, Methodik der Gruppenleitung und Motivation eine wichtige Rolle.

Der Kurs eignet sich für naturheilkundliche Therapeuten/innen zur Erweiterung des Praxisportfolios und Interessierte.

Dozent/in HP Christine Hecht: Jg. 1973. Frau Hecht ist Heilpraktikerin in eigener Praxis und besitzt langjährige Erfahrung in der Naturheilkunde im Bereich Frequenztherapie. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind: Japanisches Shiatsu, Aromatherapie, TCM, im Wellnessbereich Lomi Lomi Nui, Hot Stone, Wellness- und Spa-Management sowie Wellnesanwendungen. Seit über 20 Jahren ist sie Fachübungsleiterin für Taekwondo. Es folgten ebenfalls die Ausbildung zum Präventionsübungsleiter für Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie eine Ausbildung zum Gesundheitsexperten im Betrieb für Ergonomie und Rückengesundheit. 'Entspannt anders!'

Termine:

So. 18.01.2026

So. 10.05.2026

jew. 10:00-17:00 Uhr

Preis:

275,- Euro *

**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Oberbürgermeister-
Dreifuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821 - 349 95 56**

Seminarnummer:

SSB89181025V4

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

