

INFOS UNTER 02747 / 57 60 345  
INFO@IG-ONLINE.ORG

# DETOX ACTIVITY

FASTEN NEU ERLEBEN



## BEWEGUNG

Durch die Naturschutzgebiete im Westerwald wandern, über abgelegene Wege mit dem E-Bike fahren und ausreiten.

## OUTDOOR

Sich in Wäldern, an Seen und auf dem Wasser mehrere Stunden am Tag bewegen und auch ausruhen.



## DETOX

Beim Fasten mit viel Bewegung und frischgepressten Säften kommt der Stoffwechsel bald zur Ruhe. Die Erholung beginnt.

live2give

Waldstr. 37 – 57520 Dickendorf

Jetzt anmelden!



17.-27. MAI

11.-16. OKT



**10**

TAGE

**17.-27.  
MAI****INTENSIVFASTEN**

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

770,- €

ab 630,- €  
9 Nächte**6**

TAGE

**11.-16.  
OKT****IMPULSFASTEN**

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

450,- €

ab 350,- €  
5 Nächte

**FASTENKOST**  
**WANDERN**  
**REITEN**  
**E-BIKE-TOUR**  
**HEILSTOLLEN 2x**  
**STOFFWECHSEL-**  
**MONITORING**  
**KANU-TOUR**  
**SCHWIMMEN**

**FASTENERLEBNIS****ÜBERNACHTUNG**

- ✓ Fastentage als Erlebnis
- ✓ täglich in der Natur
- ✓ Aktivität und Erholung in einem
- ✓ Betreuung durch medizinisches Fachpersonal
- ✓ den eigenen Körper beobachten
- ✓ Themenabende rund um Gesundheit und Forschung
- ✓ Versorgung mit Frischsäften und Gemüsebrühen
- ✓ Naturheilkundliche Behandlungen auf Wunsch

Eine **ambulante**  
**Teilnahme** ist  
auf Wunsch  
möglich