

Gesundheit ist Vertrauenssache

Sie sollten wissen, bei wem Sie fasten und wem Sie Ihren Neustart für die Gesundheit anvertrauen.



Susanne Kirstein

Dipl. Oecotrophologin
Klassische Homöopathin
Heilpraktikerin

Gesundheit ist das Wertvollste

Meine Leidenschaft gilt der gesunden und genussvollen Ernährung. Durch mein Studium der Ernährungswissenschaften und meine langjährige Berufserfahrung habe ich mir ein fundiertes Wissen angeeignet. Neben meiner Tätigkeit als Fastenleiterin und Therapeutin gebe ich dieses Wissen auch als Autorin, Dozentin sowie als TV-Expertin weiter. In meinen ganzheitlichen Fastenwochen profitieren Sie von diesem Wissen und erfahren, wie Sie auch nach dem Fasten eine gesunde Ernährung leicht und unkompliziert umsetzen können.

Kombination Schulmedizin & alternative Therapien

Oft machen uns Übergewicht, Allergien und das Überangebot an Essen krank. Gerade hier kann die klassische Homöopathie eine große Wirkung erzielen. Als Heilpraktikerin und Klassische Homöopathin kann ich Sie bei möglichen Fasten Krisen individuell begleiten.

Gemeinsam motiviert das Ziel erreichen

Menschen auf dem Weg zu einem gesünderen Leben und besseren Körpergefühl zu begleiten, erfüllt mich mit Freude. Als langjährige Führungskraft ist es mir gelungen, andere zu motivieren, gemeinsame und individuelle Ziele zu erreichen und sie nachhaltig für eine Sache zu begeistern.

Fastenurlaub im bay. Wald

Genießen Sie eine Pause vom Alltag, und tun Sie Ihrer Gesundheit etwas Gutes!

Das Rundum-sorglos-Paket

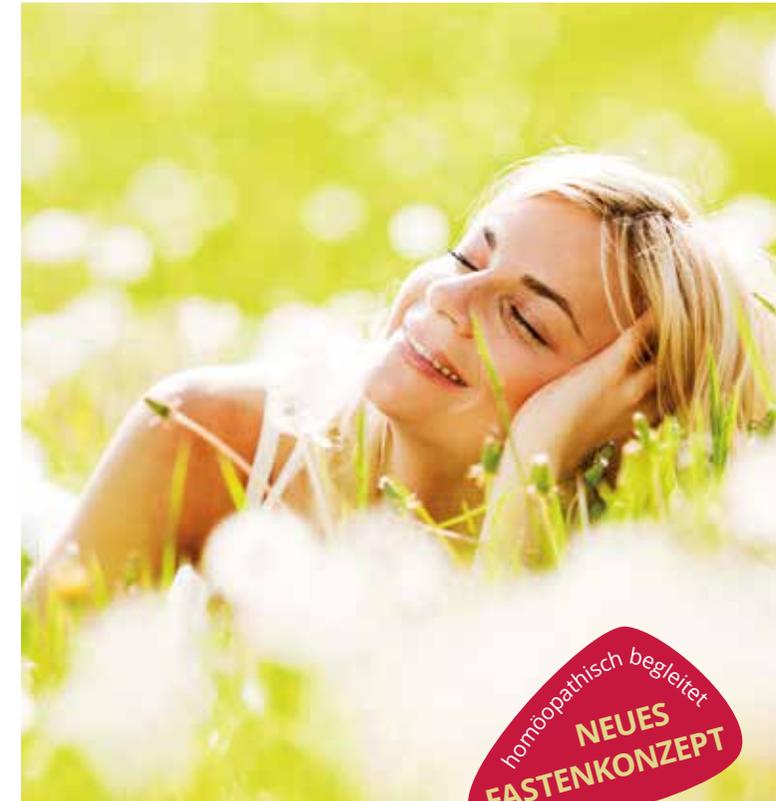
- 6 Übernachtungen im gebuchten Zimmer mit Bad/WC; alle Zimmer mit hochwertigem Parkettboden
- alle Fastenmahlzeiten (rein vegane Zutaten; täglich frisch gekochte Suppen oder Brühen, frisch gepresste Säfte)
- eine Vielzahl an Tees und frisches Quellwasser für die gesamte Woche
- kompetente Fastenleitung; jederzeit ansprechbar für Ihre Wünsche und Fragen
- homöopathische Begleitung bei Fasten Krisen
- täglich geführte, abwechslungsreiche und informative Wanderungen durch das Naturschutzgebiet Bayerischer Wald
- täglich freie Saunabnutzung
- unterhaltsames Rahmenprogramm wie z.B. Fachvorträge und Entspannungsstunden
- exklusive Nutzung des Fastenhauses durch unsere Fastengruppe

Habe ich Ihr Interesse geweckt?

Weitere Informationen und Termine finden Sie auf meiner Homepage. Rufen Sie mich bei Fragen gerne an.



Fastenzentrum Susanne Kirstein
Büroadresse:
Lazarettstr. 11 | 80636 München
Tel. 089 / 13 95 95 31
info@FastenzentrumKirstein.de
www.FastenzentrumKirstein.de



homöopathisch begleitet
**NEUES
FASTENKONZEPT**

Neustart für Ihre Gesundheit

Ganzheitliches Fasten und Wandern im
Naturschutzgebiet Bayerischer Wald

In der Ruhe liegt die Kraft

Fühlen Sie sich gestresst oder erschöpft? Haben Sie Beschwerden wie Übergewicht, erhöhtes viszerales Bauchfett, Migräne, Bluthochdruck, Gelenkschmerzen, oder Verdauungsbeschwerden?

Sie haben schon viel versucht, jedoch ohne dauerhaften Erfolg? Sie haben schon einmal für sich gefastet, aber alleine irgendwie die Motivation verloren?

Ein Fastenurlaub nach meinem ganzheitlichen Konzept kann Ihnen helfen.

Motiviert durch die Fastengruppe überwinden Sie eventuelle Durchhänger leicht. Ich begleite Sie individuell und ganz nach Ihren Bedürfnissen.

Meine ganzheitlichen Fastenwochen sind ideal, die **Langsamkeit** wieder zuzulassen. Geben Sie Ihrer Gesundheit die Chance für einen Neuanfang, und melden Sie sich an für eine ganzheitliche Fastenwoche.

Probieren Sie es aus, Sie werden begeistert sein!



Das ganzheitliche Fasten nach Susanne Kirstein

Meine ganzheitliche Fastenmethode ist wie ein Puzzle. Wenn alle Teile an ihrem Platz sind, entsteht ein schönes Bild, ein ganzheitliches Wohlfühl. Erst das Zusammenspiel aller Teile lässt Ihren Fastenurlaub zu einem einzigartigen Erlebnis werden.

Fasten – das 1. Puzzleteil

Fasten Sie lieber klassisch mit frisch gekochter Brühe? Oder ziehen Sie das sanfte Fasten mit leckeren Gemüsesuppen vor? Entscheiden Sie sich zu Beginn Ihres Fastenurlaubs – ich berate Sie gerne, was zu Ihrem Typ passt. Alle Mahlzeiten werden täglich frisch und aus veganen Zutaten zubereitet. Sie werden sich wunderbar gestärkt fühlen.



Bewegen & entschleunigen – das 2. Puzzleteil

Die täglichen Wanderungen stärken den Körper und unterstützen die mentale Entspannung. Die Naturpension im Bayerischen Wald ist der ideale Ort, um sich wohl zu fühlen. Das Wellness- und Entspannungsangebot verstärkt die positiven Fasteneffekte und lässt Ihren Fastenurlaub zu einer wahren Energiequelle werden.

Homöopathie – das 3. Puzzleteil

Durchhänger und Fastenkrisen müssen nicht sein. Mit homöopathischer Begleitung und anderen naturheilkundlichen Mitteln können Sie wunderbar unterstützen und den inneren Reinigungs- und Fasteneffekt noch verstärken. Ich begleite Sie, so dass Sie Ihre Selbstheilungskräfte wieder erwecken können und zu neuer Energie finden.



Ernährungswissen – das 4. Puzzleteil

Mit handfestem und unterhaltsamem Wissen über Hintergründe rund um die gesunde Ernährung wird es Ihnen gelingen, über die Fastenwoche hinaus noch von den positiven Effekten zu profitieren. Mit diesem vierten Puzzleteilchen bekommen Sie viele praktische Tipps, damit Sie Ihre positiven Fastenerlebnisse auch in Ihren Alltag integrieren können.