

NEU Basenfasten beim TUS Beuren vom 22.03.17 – 31.03.2017

mit Doris Bäder (staatl. Geprüft Ernährungsberaterin, Basenfasten-Kursleiterin nach Wacker)

1. Termin: **Mittwoch, 22.03.2017 18:00 - 19:30 Uhr**
Vorbereitung auf die Basenfastenwoche. (Kühlschrank entsäuern, welche Lebensmittel kommen zum Einsatz, Darmreinigung: wie gehe ich vor...)
2. Termin: **Freitag, 24.03.2017 18:00 - 19:30 Uhr**
Beginn des Basenfastens, Wie geht es mir? Was passiert beim Basenfasten...
3. Termin: **Mittwoch, 29.03.2017, 18:00 – 19:30 Uhr** Entspannung und Smoothies
4. Termin: **Freitag, 31.03.2017, Abschlussgespräch! Und wie geht es weiter? Feedback...**

Weitere Angebote für die Kursteilnehmer des Basenfastens in dieser Zeit:

Samstag, 25.03.2017 Kurstag beim TUS Beuren / Information und Anmeldung www.tusbeuren.de, mit Patrick Arnold, München, Teilnahmegebühr nicht im Preis inbegriffen

Sonntag, 26.03.2017 Spaziergang 10:00 Uhr - 11:30 Uhr Treffpunkt Parkplatz Bifangweiher

Montag, 27.03.2017 Yoga-Stunde im DGH Beuren, 19:30 - 20:45 Uhr, Anke Wagner

Dienstag, 28.03.2017, Salzgrotte Markdorf, Eintritt nicht im Preis inbegriffen (10 €)

Donnerstag, 30.03.2017 Spaziergang, 18:00 - 19:00 Uhr Treffpunkt Parkplatz Bifangweiher)

Die 4 Termine mit Frau Bäder werden in Grasbeuren stattfinden. Die genaue Adresse wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Anmeldeschluss ist der 03.März.2017. Die Kursgebühr beträgt für Mitglieder 25,00 Euro und für Nichtmitglieder 50,00 Euro.

Anmeldung an vorstand@tusbeuren.de oder 0170-8087907 Anke Wagner