

# MUSTERWOCHE - Fastenwandern in Berlin – Natur Pur

	Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag							
11:00	Treffen in unseren Räumen - Kennenlernen & Erklärungen zu Glaubersalz, Einlauf & Leberwickel - Glaubersalz wird mitgegeben	Treffen der Gruppe	Treffen der Gruppe	Treffen der Gruppe	RUHETAG oder optionaler SEMINARTAG	Treffen der Gruppe	Treffen der Gruppe	11:00						
11:15		Wanderung	Wanderung	Wanderung		Wanderung	Wanderung	Wanderung	11:15					
12:00									Abführen zu Hause	Suppe, Leberwickel, & Entspannung zu Hause	Suppe, Leberwickel, & Entspannung zu Hause	Suppe, Leberwickel, & Entspannung zu Hause	Suppe, Leberwickel, & Entspannung zu Hause	12:00
13:00														13:00
14:00	14:00													
15:00	Gemeinsames Fastenbrechen	15:00												
16:00	Abführen zu Hause	Suppe, Leberwickel, & Entspannung zu Hause	Suppe, Leberwickel, & Entspannung zu Hause	Suppe, Leberwickel, & Entspannung zu Hause	Suppe, Leberwickel, & Entspannung zu Hause	Suppe, Leberwickel, & Entspannung zu Hause	Abreise	16:00						
17:00								17:00						

Planänderungen vorbehalten

Säfte und Fastensuppen werden jeden Tag frisch zubereitet und den Teilnehmern beim Treffen mitgegeben.

Die Adressen der täglich wechselnden Treffpunkte sind in unmittelbarer Nähe einer S- oder U-Bahnstation.

Die Fastenleiter können jederzeit über eine 24 Std Hotline erreicht werden.

Am Seminartag gibt es auch eine einstündige Wanderung.



**FASTEN  
WANDERN**  
IN BERLIN