

# MUSTERWOCHE - Fastenwandern in Berlin – Natur Pur

	1. Fastentag	2. Fastentag	3. Fastentag	4. Fastentag	5. Fastentag	6. Fastentag	7. Fastentag		
	Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag		
10:00	Kennenlernen im Fastenzentrum & Saft	Treffen, Austausch & Saft	Treffen, Austausch & Saft	Treffen, Austausch & Saft	Ruhetag	Treffen, Austausch & Saft	Treffen, Austausch & Saft	10:00	
11:00	Wanderung	Wanderung	Wanderung	Wanderung		Wanderung	Wanderung	Wanderung	11:00
12:00									12:00
13:00	Fastenbegleitende Maßnahmen werden erklärt	Wanderung	Wanderung	Wanderung		Ruhetag	Wanderung	Wanderung	13:00
14:00	Abführmittel wird mitgegeben – KEINE SUPPE - Darmentleerung zu Hause								Suppe, Leberwickel, & Entspannung zu Hause
15:00		15:00							
16:00		Ende	16:00						
17:00	17:00								

Planänderungen vorbehalten

**Fastenzentrum: Schlieperstr. 31, 13507 Berlin (nähe U-Bahnstation U6 Alt-Tegel)**

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

**Wenn wir uns nicht im Fastenzentrum treffen, treffen wir uns in unmittelbarer Nähe einer S- oder U-Bahnstation.**

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



**FASTEN  
WANDERN  
IN BERLIN**