

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	Ab 10 Uhr Ankunft				Ruhetag	Ab 10 Uhr Ankunft		10:00	
10:15	Kennenlernen im Fastenzentrum & Saft	Treffen, Austausch & Saft	Treffen, Austausch & Saft	Treffen, Austausch & Saft		Treffen, Austausch & Saft	Treffen, Austausch & Saft	10:15	
11:15	Wanderung	Wanderung	Wanderung	Wanderung		Wanderung	Wanderung	Wanderung	11:15
12:00									12:00
13:00	Fastenbegleitende Maßnahmen werden erklärt	Wanderung	Wanderung	Wanderung		Wanderung	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**