

## FASTENWANDERN

Zeit für sich selbst. Kraft tanken. Balance finden. Fasten mit Wandern und Wellness reinigt und befreit Körper, Geist und Seele. Im Sonnentau erwartet Sie diese wohltuende Kombination, fein abgestimmt auf Mensch und Natur. Ausgewogene Bewegung, tief wirksame Regeneration und begleitetes Fasten ergänzen sich ideal. Unser erfahrenes Fastenteam, unter Leitung von Heilpraktikerin Manuela Bildhäuser, unterstützt Sie mit viel Engagement und Einfühlungsvermögen. Schenken Sie Körper, Geist und Seele neue Energien.

Im Land der offenen Fernen wandern Sie durch die naturbelassenen Wiesen und Wälder im Biosphärenreservat Rhön. Neben den Möglichkeiten zum Erfahrungsaustausch, der Teilnahme an weiteren, begleitenden Angeboten wie Morgengymnastik, Wandertouren, Naturerlebnis, Meditation, Thai Qi, Yoga u.a. bleibt insbesondere Zeit für heilsame Wellness-Anwendungen. Unser fachkundiges Sonnentau-Team berät Sie kompetent und individuell.

**Erleben Sie die jahrtausendalte Tradition des Fastens und entdecken Sie das Fastenwandern für sich!**

**Termine 2024 mit Frau Bildhäuser: 23.06. – 30.06. 2024**

**Mindestteilnehmerzahl:** 15 Personen

Weitere Informationen erhalten Sie von Frau Manuela Bildhäuser (Heilpraktikerin, Fastenleiterin) unter Tel: +49 661-2066499 oder E-Mail: [m.bildhaeuser@fasten-wellness.de](mailto:m.bildhaeuser@fasten-wellness.de)  
Die Seminarpauschale ist direkt bei Frau Bildhäuser zu begleichen. Das Hotel Sonnentau berechnet lediglich die Hotelleistungen.



### Fasten-Leistungen

- Betreuung/ Leitung durch Heilpraktikerin/Fastenleiterin Manuela Bildhäuser
- 7 x Übernachtung
- 6 x Tourenführung, 1 x Wildkräuter-Sinneserlebnis
- 7 x Fastenverpflegung, inkl. 2 Entlastungs- und Aufbaumahlzeiten
- 1 x Entspannungs-Teilkörpermassage (25 Minuten)
- Entspannungs- und Energieübungen
- Nutzung des Wellness-Wohlfühlbereiches mit Schwimmbad, Whirlpool, Dampfbad, Saunen, Salzstollen, Kneipp-Fußbad, Tecaldarium, Fitnessraum und Ruheräumen
- Tägliches Wellness-Aktiv-Programm u.a. mit Aqua-Gymnastik, Thai-Chi-Stunde, Yoga, Life-Balance, Meditation ....

ZIMMERTYP	HOTELLEISTUNG PRO PERSON	SEMINAR- PAUSCHALE	GESAMTPREIS PRO PERSON INKL. KURSLEITUNG
Einzelzimmer   Talblick	843,00 €	300,00 €	1.143,00 €
Einzelzimmer   Gästehaus	766,00 €	300,00 €	1.066,00 €
Doppelzimmer zur Alleinnutzung   Divers	902,00 €	300,00 €	1.202,00 €
Junior-Appartement*   Gästehaus	829,00 €	300,00 €	1.129,00 €

Weitere Preise und Zimmervarianten auf Anfrage!

\* = Wenn ein Doppelzimmer mit nur einer Person belegt wird, berechnen wir einen Einzelzimmer-Zuschlag!

Es gelten die Bedingungen des Gastaufnahmevertrages. Gesetzliche Mehrwertsteuer-Änderungen oder starke Inflationsschwankungen können sich auf die Preise auswirken. Mit Erscheinen einer neuen Preisliste verliert dieses Preisverzeichnis seine Gültigkeit. Druckfehler vorbehalten!