

Mit Heilfasten zu neuer Energie

Fasten gilt als **die** Methode zur Reinigung des Körpers. Es aktiviert Ihre Zellreinigung und verjüngt Ihre Zellen. Mit probiotischem Kefir, einem Powergetränk mit viel B12, stärken Sie zusätzlich Ihr Immunsystem und senken Ihr Cholesterin nachweislich. So starten Sie mit neuer Energie durch!

ERNÄHRUNG

Frisch gepresste Gemüsesäfte, abwechslungsreiche Fastensuppen, Tee und Kefir helfen, Ihren Körper mit ausreichend Flüssigkeit und Mineralien zu versorgen.

BEWEGUNG

Kneippanwendungen, Bewegung im Freien, Fitness und vieles mehr unterstützt Sie, beweglich und fit zu bleiben.

ENTSPANNUNG

Entspannungstherapien und Erholung in unserer Balthasar-Neumann-Therme mit Finnischer Sauna, Sanarium, Dampfbad, Microsalt-Inhalation, Erlebnisduschen und Schneeparadies runden Ihr Erlebnis ab.

Nehmen Sie eine Auszeit ganz für sich und entdecken Sie Genuss, Wertschätzung und Achtsamkeit in Ihrem Essalltag neu.

KOSTENÜBERSICHT

> 7 Nächte	687,- EUR
> 14 Nächte	1.287,- EUR
> 21 Nächte	1.887,- EUR

Weitere Informationen zu den Leistungspaketen, Kostenübernahmen und Buchungskriterien finden Sie auf unserer Website unter www.rehazentrum-bb.de/heilfasten/



Rehabilitations- und Präventionszentrum Bad Bocklet

Frankenstraße 36
97708 Bad Bocklet

☎ 09708 79-0

✉ info@rehazentrum-bb.de

Mo bis Do 07.30 - 18.00 Uhr

Fr 07.30 - 17.30 Uhr

Weitere Informationen:

www.rehazentrum-bb.de/heilfasten/

Folgen Sie uns auf Facebook, YouTube, Instagram.



HEILFASTEN MIT KEFIR

Heilfasten für Körper, Geist und Seele



Fasten ist mehr als nur Abnehmen

Ziel unserer Fastenkur: der Abbau aufgestauter Stoffwechselprodukte. Ein willkommener Nebeneffekt ist die langfristige Gewichtsreduktion durch Ihren neuen, bewussteren Essalltag. Ihr Stoffwechsel wird entlastet und unnötige Reserven sinnvoll genutzt. So erholt sich Ihr Körper, verjüngt und kommt zu neuer Kraft.

Unsere schonende Heilfastendiät verzichtet auf feste Nahrung. Frische Gemüsesäfte und Fastensuppen führen Ihrem Körper wichtige Vitalstoffe zu, Kefir reduziert das Hungergefühl und liefert die nötigen Mineralstoffe und Eiweiße.

Das moderate, kontrollierte Bewegungsprogramm aktiviert Ihren Kreislauf, stärkt die Muskulatur und hilft zusätzlich, Fettdepots abzubauen.

Gefastet wird entweder wegen einer schon bestehenden Grunderkrankung oder zur Gesundheitsvorsorge und für das Wohlbefinden. Heilfasten wird aufgrund



**Verzicht nimmt nicht.
Verzicht gibt. Er gibt die
unerschöpfliche Kraft
des Einfachen.**

Martin Heidegger

seiner unterstützenden und lindernden Wirkung bei verschiedenen Erkrankungen empfohlen.

So kann bei Stoffwechselerkrankungen wie Adipositas, Diabetes, Gicht und Bluthochdruck, degenerativen oder rheumatischen Erkrankungen, ein therapeutischer und präventiver Effekt erzielt werden.

Unser erfahrenes Team aus Ärzten und Therapeuten begleitet Sie während Ihres Aufenthalts und zeigt Ihnen, wie Sie mittels progressiver Muskelentspannung Stress begegnen können. So starten Sie gestärkt in Ihren neuen Alltag.