

## FASTEN- UND GESUNDHEITSHAUS IM JOGLAND



### GANZHEITLICHES FASTEN - HEIFASTEN NACH DR. BUCHINGER

Heifasten ist Urlaub vom Essen, ist Regeneration und Entgiftung, ist loslassen, ist sich neu orientieren und viel mehr als nur der Verlust einiger überflüssiger Kilos. Kaum ein anderer Ort eignet sich besser für eine Heifastenkur, als das oststeirische Joglland, mit seiner unverfälschten Landschaft, den sanften Hügeln, seinen rauschenden Wäldern und mystischen Kraftplätzen.

Die moderne Medizin kümmert sich um Ihre Krankheiten. Von diesen lebt sie. Um Ihre Gesundheit müssen Sie sich selber kümmern. Von dieser leben Sie.

*Dr. Johann Georg Schnitzer.*

### FASTEN- UND GESUNDHEITSHAUS IM JOGLAND - FASTENWOCHE

#### IHR LEISTUNGSANGEBOT - FASTENWOCHE

- 8 Tage (Anreisetag, 5 Fastentage, Fastenbrechen+Aufbautag, Abreisetag)
- **Selbstbehalt** im Einzelzimmer mit Balkon oder Terrasse: **EUR 320,-** (eine abweichende Zimmerkategorie kann gegen Aufzahlung/Abschlag gewählt werden)
- Ärztliche Voruntersuchung
- Einführungsvortrag (Fasten)
- Leberwickel (täglich)
- 2x Ausdauertraining
- 1x Smovey-Training
- 1x Gymnastik
- 1x Teilmassage
- 1x Magnetresonanz
- 1x Basen-Bad
- 1x Meditationsabend
- 1x Muskelentspannung nach Dr. Jacobson
- Vorträge zu Themen wie Ernährung, Gesundheit etc.
- geführte Fastenwanderungen (täglich)
- Brotback-Workshop
- Ernährungsberatung (fakultativ)
- Ausflüge (z. B. Stift Vorau)
- Exkursionen (z. B. Ölmühle)
- **exklusiv mit diesem Gutschein als Zusatzleistung: 1x frei wählbare Behandlung (im Wert von max. EUR 50,-)**
- Änderungen im Programm vorbehalten
- Zusätzliche Behandlungen gegen Aufpreis buchbar

### FASTEN- UND GESUNDHEITSHAUS IM JOGLAND - FASTENWOCHE L


#### IHR LEISTUNGSANGEBOT - FASTENWOCHE L

- 9 Tage (Anreisetag, 5 Fastentage, Fastenbrechen+Aufbautag, 1 BIO Vollwert-Aufbautag, Abreisetag)
- **Selbstbehalt** im Einzelzimmer mit Balkon oder Terrasse: **EUR 350,-** (eine abweichende Zimmerkategorie kann gegen Aufzahlung/Abschlag gewählt werden)
- Ärztliche Voruntersuchung
- Einführungsvortrag (Fasten)
- Leberwickel (täglich)
- 2x Ausdauertraining
- 1x Smovey-Training
- 1x Gymnastik
- 1x Teilmassage
- 1x Magnetresonanz
- 1x Basen-Bad
- 1x Meditationsabend
- 1x Muskelentspannung nach Dr. Jacobson
- Vorträge zu Themen wie Ernährung, Gesundheit etc.
- geführte Fastenwanderungen (täglich)
- Brotback-Workshop
- Ernährungsberatung (fakultativ)
- Ausflüge (z. B. Stift Vorau)
- Exkursionen (z. B. Ölmühle)
- **exklusiv mit diesem Gutschein als Zusatzleistung: 1x frei wählbare Behandlung (im Wert von max. EUR 50,-)**
- Änderungen im Programm vorbehalten
- Zusätzliche Behandlungen gegen Aufpreis buchbar


## FASTEN- UND GESUNDHEITSHAUS IM JOGGLAND - FASTENWOCHE XL

### IHR LEISTUNGSANGEBOT - FASTENWOCHE XL


- 12 Tage (Anreisetag, 8 Fastentage, Fastenbrechen+Aufbautag, 1 BIO Vollwert-Aufbautag, Abreisetag)
- **Selbstbehalt** im Einzelzimmer mit Balkon oder Terrasse: **EUR 540,-** (eine abweichende Zimmerkategorie kann gegen Aufzahlung/Abschlag gewählt werden)
- Ärztliche Voruntersuchung
- Einführungsvortrag (Fasten)
- Leberwickel (täglich)
- 2x Ausdauertraining
- 1x Smovey-Training
- 2x Gymnastik
- 1x Teilmassage
- 1x Bauchmassage
- 1x Magnetresonanz
- 1x Basen-Vollbad
- 1-2x Meditationsabend
- 1x Muskelentspannung nach Dr. Jacobson
- Vorträge zu Themen wie Ernährung, Gesundheit etc.
- geführte Fastenwanderungen (täglich)
- Brotback-Workshop
- Ernährungsberatung (fakultativ)
- Ausflüge (z. B. Stift Vorau)
- Exkursionen (z. B. Ölmühle)
- **exklusiv mit diesem Gutschein als Zusatzleistung: 1x frei wählbare Behandlung (im Wert von max. EUR 50,-)**
- Änderungen im Programm vorbehalten
- Zusätzliche Behandlungen gegen Aufpreis buchbar


 treatments, cosmetics


 Kneipp spa

 massages

 sauna

 steam bath

 spa treatments

 cycling and hiking trails

 wellness area

### ADDRESS

Bergviertel 64  
8190 Miesenbach/Birkfeld  
Austria  
<http://www.fastenhaus.at>