

**❖ Beauty und Wellness****Fasten und Fastenformen (Einführungskurs)**

Fasten ist ein Frühjahrsputz für Körper, Seele und Geist. Es bedeutet immer eine Zäsur, ein Rückzug aus dem Alltagstrubel und der Reizüberflutung, der wir ständig ausgesetzt sind. Deshalb trägt das Verfahren nicht nur zur Entschlackung und Entgiftung des Körpers bei, sondern schafft neuen Raum durch die Lösung von seelischem und geistigem Ballast.

In diesem Seminar werden neben der physiologischen Seite des Fastens auch das seelisch-geistige Erleben des Fastenden behandelt. Zudem spielen die Themen Planung und Aufbau einer Fastengruppe, Methodik der Gruppenleitung und Motivation eine wichtige Rolle.

Der Kurs eignet sich für naturheilkundliche Therapeuten/innen zur Erweiterung des Praxisportfolios und Interessierte.

Termine

So, 18.01.2026
10:00-17:00 Uhr
So, 10.05.2026
10:00-17:00 Uhr

Preis

275,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Augsburg
Oberbürgermeister-Drei-
fuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821-349 95 56

Seminarnummer

SSB89181025V4

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 16.12.2025

Dozentin**Christine Hecht**

Jhr. 1973, ICF zertifizierter Coach, arbeitet seit 2011 als Heilpraktikerin in einer Praxis. Schwerpunkte sind Massage, Akupunktur und Akupressur sowie Entspannungstraining und Phytotherapie. Als Übungsleiterin für Prävention und Entspannung ist Frau Hecht ebenso tätig wie auch als Taekwondo Trainerin mit Schwerpunkt Selbstbehauptung und Selbstverteidigung. Sie begleitet therapeutisch, beratend und als Coach Menschen mit Veränderungsbedarf. Seit 2013 gibt sie ihr vielseitiges Wissen in Theorie und Praxis weiter. Besonders in den Themen Kräuterkunde, TCM und Hildegard von Bingen sowie allen Massagen, wie z.B. die Lomi Lomi Nui und die Dorn-Breuss-Massage sind ihre große Leidenschaft.