

 **Naturheilkunde**

## Ganzheitliche/r Basenfastenleiter/in

Ganzheitliches Basenfasten bezeichnet das Fasten mit Obst und Gemüse, es wird auf alle säurebildenden Lebensmittel verzichtet, d.h. die Ernährung ist zu 100% basisch.

In dieser Fortbildung erfahren Sie alles über das ganzheitliche Basenfasten, dass Sie in Kursen oder auch in der Einzelbetreuung anbieten können.

Medizinisches und naturheilkundliches Wissen, eine Vielzahl unterstützender Maßnahmen, Körper- u. Entspannungsreisen, Motivationsmeditation, begleitende energetische und geistige Heil- und Bewusstseinsarbeit für die mentale Begleitung Ihrer Klienten/innen verbinden sich in dieser Fortbildung zu einem ganzheitlichen Basenfastenprogramm für Körper, Geist und Seele.

Mit diesem Wissen und Können sind Sie in der Lage, Ihre Klienten/innen professionell zu begleiten.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- theoretische Grundlagen, Zielgruppen, Kontraindikationen
- Grundlagen Säure-Basen-Haushalt, Stoffwechsel, Verdauungssystem
- ganzheitliches Basenfasten bei Vorerkrankungen; Reaktionen des Körpers und der Psyche
- Basenfasten-Variationen und andere Fastenmethoden
- Basenfasten und emotionales Essen/Esstörungen
- Säurekrankheiten – Bedeutung von Stress und die Auswirkung auf unseren Körper
- basenbildende Lebensmittel, basische Rezepte, Smoothies, Säfte
- Heilkräutertees zur Entgiftung und Entschlackung
- 12 Schüssler-Salze begleitend für Körper und Psyche
- ätherische Öle für Körper und Psyche
- Körperhygiene und -reinigung
- mentale und emotionale Begleitung /Bewegung / Wandern /Sport/Atem
- Umstellung und die Zeit nach dem Basenfasten
- Basenfasten als aktiver Loslass- und Veränderungsprozess
- Motivation durch bewusste Entspannung, Meditation u. andere Methoden
- Für die Praxis: Wie gestalte ich eine ganzheitliche Basenfastenwoche als Kursleiter/in online und offline?
- Richtlinien für ganzheitliche Basenfastenbegleiter/in, -leiter/in ohne Heilerlaubnis

Diese Fortbildung ergänzt das Portfolio Ihrer Heilpraxis bzw. Ernährungsberater-Praxis, kann aber auch als selbstständige Beratung in anderen Gesundheits- und Beautybereichen aufgebaut werden.

### Termine

Mi, 03.02.2027

10:00–18:00 Uhr

Do, 04.02.2027

10:00–18:00 Uhr

[und 4 mehr](#)

### Preis

950,00 €

### Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule  
Chemnitz

Am Rathaus 4

09111 Chemnitz

Tel. 0371-51 79 81

### Seminarnummer

SSH09030227

### Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 16.09.2026

Dozent

### Dozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.