

Fasten und Fastenkursleitung

NATURHEILKUNDE



Fasten ist freiwilliger Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel für eine begrenzte Zeit, zur Reinigung von Körper, Seele und Geist. Fasten bedeutet Rückzug aus dem Alltag und Hinwendung zu sich selbst, es stellt eine wichtige Säule der Prävention und Gesundheitspflege dar.

Als Fastenleiter/in führen Sie Fastenseminare durch, halten Vorträge, leiten Fastengruppen oder wenden als Heilpraktiker/in Ihr Wissen in Ihrer Praxis an.

Seminarthemen:

- gesund und fit durch Fasten
- verschiedene Fastenmethoden (Dr. Buchinger, Schrothkur, F.X. Mayr, Saft-, Teefasten usw.)
- Was passiert im Körper während des Fastenstoffwechsels?
- Entschlackung, Entgiftung, Entlastungstage
- Kostumstellung und Getränke
- psychische Faktoren, Bewegung, Ruhe und Entspannung
- Hintergrundwissen zum Fasten, Indikation und Kontraindikation
- Gestaltung einer Fastenwoche
- Fastenbrechen, Aufbau tage, Ernährung nach dem Aufbau tag
- typgerechte Ernährung und Vollwertkost
- Übungen, unterstützende Maßnahmen, Selbsterfahrung

Für das Fasten zwischen den Unterrichtsmodulen bekommen die Teilnehmer/innen eine Anleitung durch die Dozentin, den Dozenten. Während des Seminars erhalten Sie umfangreiches Lehrmaterial und Ihr Erfolg wird durch das Paracelsus Zertifikat „Fastenleiter/in“ bescheinigt.

Termine:

Sa. 20.11.2027

So. 21.11.2027

Sa. 27.11.2027

So. 28.11.2027

Sa. 04.12.2027

So. 05.12.2027

Sa. 11.12.2027

jew. 09:00-13:00 Uhr
weitere Unterrichtstermine
unter paracelsus.de

Preis:

765,- Euro *



**Paracelsus
Gesundheitsakademie
Onlineunterricht**

Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:

SSC111201127

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

