



## **Fastenwandern mit Achtsamkeitsmeditation**

Impulse zum Fasten und Körperbewusstsein, Achtsamkeitsmeditation, kleine Wanderungen und Zeiten der Stille.

**Termin:** Mo 22.05. (18.00 Uhr) - Fr 26.05.2023 (nach d. Mittagessen)

**Leitung:** Barbara Loferer und Begleitung

Anmeldung und weitere (Fasten-)Kurse unter [www.auszeit-erleben.net](http://www.auszeit-erleben.net)