



Leistungsbeschreibung

Fastenart:	Fasten nach Buchinger/Lützner	
Thema:	Fasten und Meeresrauschen auf Usedom	
Zeitraum:	13.03.-19.03.2022	
Veranstaltungsort:	Hotel und Restaurant Pommerscher Hof Kiefernweg 4 17454 Zinniwotz	
Fastenleitung:	Ina Laupert / Fastenärztlich geprüft Mitglied im Berufsverband Fasten und Ernährung/ BV-FE e.V.	
Kursniveau:	Anfänger und Fortgeschrittene	
Preis:	pro Person im DZ Standard	210,00 €
	pro Person im DZ Komfort	225,00 €
	Pro Person im Einzelzimmer	325,00 €
	+ Fastenleitung	300,00 €

Zur Vorbereitung erhalten Sie:

- Informationen zu den Entlastungstagen
- Einkaufsliste/Packliste
- Vorbereitungsgespräch zur Klärung von Fragen und dem Ablauf (Online)

Vor Ort:

- Eine Fastenwoche entsprechend den Standards des Berufsverbandes Fasten und Ernährung e. V. nach den neuesten Erkenntnissen der Medizin und Naturlehre auf Grundlage des Fastenkonzeptes von Dr. Buchinger/Dr. Lützner
- 6 Übernachtungen im Einzel- bzw. Doppelzimmern mit Bad/WC
- Kostenfreier Parkplatz am Haus
- Fastenverpflegung nach Dr. Buchinger: Wasser, Tees, Säfte, Fastenbrühen, Honig, Zitrone
- Vorträge und die Beantwortung von Fragen aus dem gesamten Fasten- und Ernährungsbereich
- Bewegungsprogramm: Wandern, Gymnastik
- Entspannung: PME, Meditationen, Achtsamkeitsübungen und Phantasiereisen, mind. 3 x 30 – 60 min.
- Morgengang oder Bewegung mit Stretching/Gymnastik
- Tägliches Fastengespräch in der Gruppe
- Informationen zum Ernährungsaufbau nach der Fastenzeit



Leistungen gegen Aufpreis bzw. nicht im Preis enthalten:

- Massagen und Wellness- Beautybehandlungen in der Bernsteintherme (Es empfiehlt sich die Termine dazu bereits bei Anmeldung direkt in der Therme zu buchen)
- Reiki - Anwendungen
- Kurtaxe, Leihgebühren, Eintrittsgelder
- An- und Abreise

* Angebote können je nach Saison oder Wetterlage variieren.

Durch behördliche Auflagen und Restriktionen bei Pandemien, Epidemien oder andersartigen Ereignissen kann es zu Einschränkungen beim Ablauf der Veranstaltung kommen, der bis zum Abbruch führen kann. Ersatzforderungen an den Veranstalter begründen sich dadurch nicht.

Stornierung bzw. Rücktritt von dieser Buchung kann bis zum 12.02.2022 kostenfrei erfolgen. Danach sind 50,00 € Aufwandsentschädigung für die Fastenbegleitung fällig. Die Stornogebühren für das Hotel richten sich dann nach den AGB des Hotels. Die Stornierung bedarf der Schriftform.

Der Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung wird empfohlen.

Es gelten die AGB von „federleicht-fasten“ und dem Hotel und Restaurant Pommerscher Hof.