

Wachauer Fastenretreat



mit **Silvia und Georg Wöginger**



Programm:

Täglich Yoga und Energieübungen, Abendmeditation, Gesprächsrunden, Yogareinigungen und Vorträge über spezielle Entgiftungsanwendungen

Anti Aging Saftfasten:

Langsames Reduzieren und Aufbauen

1. Tag (Anreise) Obst, Smoothies, Salat, verschiedene Superfood
- 2.- 7Tag frisch gepresste Säfte, anti aging Säfte
8. Tag frisch gepresste Säfte, Smoothies, anti aging Säfte
9. Tag Gemüse, Salate, Suppen, Superfood
10. Tag Obst, Säfte, Smoothies, Salat (Abreise)

ree Green Power Detox

Die Roh- und Vitalkostexpertin Silvia Wöginger und der Entgiftungsberater Georg Wöginger geben eine Einweihung in die Geheimnisse der Umkehr des Alterungsprozesses.

In diesem 10 Tagesprogramm wirst du außerdem verwöhnt mit dem Erlernen von regenerierenden und Hormon- aktivem Yoga, Meditation und Pranajama, einer Massage deluxe und dem Erlernen und Erleben von Entgiftung und Verjüngung in der Küche und daheim.

30.6. - 10.7. 2017

Winjana Seminar Zentrum

www.winjana.at www.innere-ruhe.at

25% Ermäßigung bei Buchung bis 1.5.2017

Pauschale p. P. € 1700 (DZ), 1780,- (EZ), € 1680,- (3Z)

Anmeldung: office@innere-ruhe.at oder +43 699 12 17 12 21