

Detox - Yoga - Wald - Retreat

10 Tage BASENFASTEN

vom 22.3. bis 1.4.2025 mit SonJa Gasparini

Für DEINE Gesundheit und eine natürliche Heilung von Innen...

Übersäuerung, Schwermetalle, Hüftgold? Schlechte Augen?
Schwaches Bindegewebe? Üble Gewohnheiten?



Deine Seele wohnt in deinem Körper. Mach es ihr und mach ihn leicht, dort „GUT“ und dankbar zu wohnen.

- für geistige Klarheit, frisches Aussehen,
- zum Energie- und Lebenskraft schöpfen
- innere Ruhe und Stressabbau
- zum Abnehmen

- Spezial Augentraining
- Yoga-/Qigongübungen
- Im Wald Baden, schlendern, mit allen Sinnen eintauchen
- Fußbad und – Massage
- Leberwickel, Basenbäder, Ölziehen
- Echte Gemeinschaft vor Ort
- Dyaden, um Dir und deinem Gegenüber zuzuhören
- Lebensfreude, Tanz und Spiel....
- Basische kleine Köstlichkeiten, Heilkräutersmoothies

- 18.3.25 17 bis 18.30 Villa Gasparini (Infos, Vorbereitung, Kennenlernen, Vorfreude)
- 21.3.25 Fastenstart
- 23.3.25 10.00 bis 15.00 Wald und Villa (Waldbaden, QiGong, Baummeditation, Sinnesschärfung), Dyaden
- 25.3.25 17 bis 18.30 Villa (Fußbad, Fußmassage, Austausch)
- 30.3.25 18.00 bis 20.00 Villa (Leberwickel, Yoga, Klang/Gongentspannung)
- 1.4.25 16.30 bis 18.30 (Fastenbrechen, Genuss, Tanz, Spiel)

180 € bis 31.12.24 /210 € ab 1.1.25/ 50 € Anzahlung

Anmeldung/Fragen bitte hier: sonja@fotodesign-gasparini.de/

www.sonja-gasparini.de



