

**FREITAG - SONNTAG**

**26. - 28.07.2024**

**IM ALLGÄU**



# ABNEHM SEMINAR

inspiriert durch Anthony William

## WAS ERWARTET DICH?

- Ein Wochenende voller kostbarer Informationen und praktischen Werkzeugen für dein neues Lebensgefühl
- Lerne die wahren Ursachen und Zusammenhänge von Übergewicht & mysteriösen Symptomen (nach Anthony William) kennen
- Liebevoll zubereitete Bio-Vollverpflegung
- Eine idyllische Ruheoase in den Allgäuer Alpen

**Wir freuen uns auf Euch  
Regina & Sebastian**



### Fragen & Anmeldung

kontakt@reginabader.de  
www.reginabader.de/aktuelle-  
events/abnehm-seminar

### Veranstaltungsort

Gästehaus Anna Matt  
Am Gemsholz 10  
87534 Oberstaufen-Steibis



### Seminarpreis

**399€ bis 15.06.24**

**danach 450€**

zzgl. Übernachtungskosten  
ab 99€ pro Nacht.  
siehe Website



# PROGRAMM



## HAST DU LUST...?

- auf ein Wochenende voller Inspiration und Austausch mit Menschen "im selben Boot"
- auf wertvolles Wissen rund um die Themen Essstörung, Fressattacken und ständiger Hunger?
- dich drei Tage mit gesundem Essen bekochen zu lassen?
- auf die Ruhe und Luft der Allgäuer Alpen?

## WAS AUF DICH WARTET...

- Verschiedene Wissensmodule über die Ursachen von Essstörungen, Übergewicht und vieles mehr
- Egal, ob du mit der AW Ernährung angefangen hast, momentan nicht weiter kommst oder ganz neu bist, wir holen dich ab, wo du gerade stehst
- Praktische und individuelle Tools, um deine Heilungsreise im Alltag umzusetzen
- Eine sanfte Yogaeinheit unter Anleitung
- Workshop "Ehrliches Mitteilen nach Gopal" Warum Sicherheit im Kontakt so wichtig ist
- Erfahrene Seminarleiter und "AWler", die selbst diesen Weg gegangen sind und gehen

**Einen detaillierten  
Programmablauf  
findest du hier:**

[www.reginabader.de/aktuelle-  
events/abnehm-seminar](http://www.reginabader.de/aktuelle-events/abnehm-seminar)

**Fragen & Anmeldung**  
kontakt@reginabader.de  
[www.reginabader.de/aktuelle-  
events/abnehm-seminar](http://www.reginabader.de/aktuelle-events/abnehm-seminar)

**Veranstaltungsort**  
Gästehaus Anna Matt  
Am Gemsholz 10  
87534 Oberstaufen-Steibis