



# MEDIZINISCHES HEIL- UND BASENFASTEN AN DER OSTSEE

**Finden Sie Zeit für sich!**

**Genießen Sie Ruhe und Entspannung in der Natur,  
stärken Sie nachhaltig Ihr Immunsystem und Ihre Darmfunktion  
und verbessern Sie Ihr Wohlbefinden.**

**23.10.2021 bis 30.10.2021**

**Ort: Kräuter & Märchenpension  
Seestr. 73 a, 18211 Börgerende**

- 7 x Übernachtungen inkl. Vollpension (basische Ernährung mit Bio- und Regionalprodukten sowie Heil- und Wildkräutern aus dem hauseigenen Garten)
- Bereitstellung von Wasser und Tee
- Ärztliche Begleitung
- Gemeinsame Zubereitung der Speisen mit anschließendem gemeinschaftlichen Essen
- 5x Schulungen zum Säure-Basen-Haushalt und Ernährung
- Tägliche Sport und Kneippanwendungen
- 6x Sauerstoffbehandlung SET (Photon-Sauerstoff-Therapie)
- 6x Magnetfeld-Therapie (Bemer)
- 2x Klangschalen-Meditation

**Einführungspreis: ab 1.490 Euro pro Person**

Individuelle Energiemassagen, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt, können zusätzlich gebucht werden (70 €/ Stunde). Buchen Sie bitte verbindlich Ihren Termin vor Ihrer Anreise.

Bitte bringen Sie folgende Dinge mit:

1. Einlaufbesteck (Irregator) – in der Apotheke erhältlich
2. Glaubersalz oder Karlsbader Salz oder Rhizinusöl zum Abführen
3. Zungenkratzer – in der Apotheke oder im Drogeriemarkt erhältlich
4. Thermoskanne (0,5 l) mit Ihrem Namen beschriftet
5. Großes Handtuch, großer Waschlappen oder Geschirrhandtuch, Wärmflasche und kleine Schüssel für den Leberwickel
6. Trinkflasche (0,75 l)
7. Sportsachen
8. Festes Schuhwerk
9. Regenkleidung (Windschutz), Schirm
10. Schreibzeug für eigene Notizen

Weitere Informationen:

- Wenn Sie mögen, bringen Sie sich ein schönes Buch mit für Ihre Seele.
- In der Pension gibt es ein Bücherregal, aber kein Internet und TV; hier dürfen wir uns mit uns selbst beschäftigen und unsere Seele baumeln lassen.
- Handtücher und Bettwäsche werden von der Pension zur Verfügung gestellt.