



Ablaufplan:

Datum	Beschreibung
1. Treffen: Montag, 12.01.2026 17:00-18:00 Uhr	Kennenlernen, Einführung in das Thema Fasten und TCM Vorstellung der Fastenmethode
1. Entlastungstag: Dienstag, 13.01.2026	Eigenständige Durchführung zu Hause
1. Fastentag: Mittwoch, 14.01.2026	Eigenständige Durchführung zu Hause
2. Fastentag und 2. Treffen: Donnerstag, 15.01.2026 17:00-18:00 Uhr	Erfahrungsaustausch und Klärung von Fragen Ohrakkupunktur
3. Fastentag: Freitag, 16.01.2026	Eigenständige Durchführung zu Hause
4. Fastentag und 3. Treffen: Samstag, 17.01.2026 10:00-11:00Uhr	Erfahrungsaustausch und Klärung von Fragen Einführung in das Thema Entgiften
5. Fastentag: Sonntag, 18.01.2026	Eigenständige Durchführung zu Hause
6. Fastentag und 4. Treffen: Montag, 19.01.2026 17:00-18:00 Uhr	Erfahrungsaustausch und Klärung von Fragen Einführung in das Thema Ernährungsumstellung
1. Aufbau-tag: Dienstag, 20.01.2026	Eigenständige Durchführung zu Hause
2. Aufbau-tag: Mittwoch, 21.01.2026	Eigenständige Durchführung zu Hause
3. Aufbau-tag und Abschlusstreffen: Donnerstag, 22.01.2026 17:00-18:00 Uhr	Gemeinsamer Spaziergang und Verabschiedung

In Kooperation mit der Naturheilpraxis Eva-Maria Bauer:

Physiotherapie & Osteopathie Eva-Maria Bauer
Sonnenstraße 11
96170 Lisberg/OT Trabelsdorf

+49 (0) 9549-9889960
info@evabauer-physio.de
www.evabauer-physio.de

