

FASTEN8 BY MERZ FRÜHJAHR 2020

Für Ihre Teilnahme am Fastenkurs stehen Ihnen zwei Kurswochen zur Auswahl:

Kurswoche 1
18.03. bis 26.03.20
Kurswoche 2
25.03. bis 02.04.20

Kurs 1	Kurs 2	Thema	Wo
Dienstag, 10.03.20 um 19 Uhr		Vorbereitungsabend für die Teilnehmer beider Kurswochen	„Halle 17“ Martin Jantosca Catering Zum Gänsholz 17 Homberg- Nd.Ofleiden
Mittwoch, 18.03.20 um 19 Uhr	Mittwoch, 25.03.20 um 19 Uhr	„Ende der Entlastungstage“ „Vorbereitung auf die ersten 2 Fastentage“	„Kurshalle“ Naturheilzentrum Merz Zugang Friedrichstraße oberhalb Praxisparkplatz
Freitag, 20.03.20 um 19 Uhr	Freitag, 27.03.20 um 19 Uhr	„2 Fastentage sind um!“ „Wie geht es?“ „Vorbereitung auf das Wochenende“ „Impulse für die tägliche Ernährung“	Kurshalle Naturheilzentrum Merz
Montag, 23.03.20 um 18 Uhr und 19 Uhr	Montag, 30.03.20 um 18 Uhr und 19 Uhr	„Halbzeit!“ „Wie war das Wochenende?“ „45 min. Fastenyoga“ Aufteilung in 2 Gruppen	Kurshalle Naturheilzentrum Merz
Donnerstag, 26.03.20 um 19 Uhr	Donnerstag, 02.04.20 um 19 Uhr	„Geschafft!“ „Wie geht es Ihnen?“ „Wie geht es weiter?“ „Weitermachen zur Gewichtsreduktion?“	„Halle 17“ Martin Jantosca Catering



**Sie möchten sich anmelden?
Gerne!
Buchen Sie Ihr Ticket
im Kursbereich der website!**