

DIE TERMINE

JÄNNER
NEU

FASTEN IM SCHNEE zu Beginn des Jahres und für unsere Gesundheit
ALPHAtauern Hotel Resort in Obertauern
10. - 16.1.2021 / ab Euro 950 pro Person

FEBRUAR

SALZBURG STADT-FASTENWOCHE mit Führungen & speziellem Programm
Hotel & Villa Auersperg
7. - 13.2.2021 / ab Euro 1160 pro Person

MÄRZ
NEU

FASTEN IM SCHNEE: STRENGE UND BASISCHE FASTENWOCHE
ALPHAtauern Hotel Resort in Obertauern
7.-13.3.2021 / ab Euro 950 pro Person

VOR-OSTER-FASTENWOCHE
Biohotel Herold in der Ramsau
28.3. - 3.4.2021 / ab Euro 770 pro Person

MAI

BASENFASTENWOCHE (anstatt Mallorca nun wunderschönes Tauplitz)
Hotel Der Hechl in Tauplitz
2.-8.5.2021 / ab Euro 820 pro Person

NEU

GESUNDHEITSWOCHE mit viel Berg und Rad und basischem Essen
Hotel Der Hechl in Tauplitz
16.-22.5.2021 / ab Euro 820 pro Person

JUNI

GESUNDE AUSZEIT & NANA INTENSIV (www.auszeit-in-den-bergen.at)
Bei Kirsten & Klaus mit NANA
6.-12.6.2021 und 20.-26.6.2021 / ab Euro 1095 pro Person

AUGUST

GESUNDHEITSWOCHE mit viel Natur und basischem Essen
Biohotel Herold in der Ramsau
30.8. - 5.9.2021 / ab Euro 770 pro Person

SEPTEMBER

FASTENWOCHE im Herbst für die Abwehrstärkung
Biohotel Herold in der Ramsau
26.9.-2.10.2021 / ab Euro 770 pro Person

OKTOBER

GESUNDE AUSZEIT & Nana intensiv (max. 4 Personen)
Bei Kirsten & Klaus mit NANA
10.-16.10.2021 / ab Euro 1095 pro Person

MEHR INFOS & RESERVIERUNG

- **Mindestteilnehmerzahl pro Woche:** 8 Personen (ausser bei „Gesunde Auszeit“)
- **Aufenthalt:** 6 Tage, meist von Sonntag bis Samstag (ausser August-Woche Ramsau: Montag bis Sonntag)
- **Inhalt:** Übernachtung, Fasten- oder Basenverpflegung, Tee und Wasser den ganzen Tag, Nana-Betreuung, Yogaprogramm, Bewegung und Wanderung laut Programm, Abends individuelle Vorträge, Meditation und so weiter ...

Weitere Infos & Details in Kürze bei Nana unter nana@nana.at und auf www.nana.at
Ich freue mich auf euch und wenn wir gemeinsam was für unsere Gesundheit tun!

Herzliche Grüsse, die Nana



SUSANNE BERNEGGER-FLINTSCH

Heilpraktikerin . Homöopathie . Dipl. Ernährungs- und Präventionscoach
Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin . Basenfastentrainerin

