



image: Freepik.com

# ONLINE FASTEN 2021

## Mit Nana ins neue Jahr starten!

Auch im neuen Jahr gibt es **NANA ONLINE-Fasten** – Streng fasten oder Basenfasten möglich. Und genau zu Anfang des neuen Jahres ist es so gut, an unsere Gesundheit zu denken. Weglassen heilt immer!

### Wie geht das?

Mit Nana über euren PC. Wir treffen uns einfach daheim bei euch und mir mit dem Computer ☺ (Ich arbeite mit dem WebEx-Programm)

### Fasten online:

- Anleitung und Infos vorab per Mail
- Einkaufsliste per Mail
- Nana Fastendokumente per Mail
- Buch „Nana Fasten“ (10,- Euro + Porto)
- 3 Online-Sitzungen in der Gruppe jeweils am Abend
- Jeden Tag Rezepte und Yoga-Übungen per Mail
- Möglichkeit auf Whatsapp Gruppe
- Telefonische Betreuung bei allen Fragen während der Zeit, wenn es gebraucht wird

### Kosten?

65 Euro pro Person  
Mindestteilnehmer:  
7 Damen und Herren ☺

### Anmeldung?

Nur schriftlich unter:  
nana@nana.at



### JÄNNERFASTEN ab 28.1.21

- 1. Abend 28.1. ab 19 Uhr (Vollmond)
- 2. Abend 31.1. ab 17 Uhr
- 3. Abend 2.2. ab 19 Uhr

### FEBRUARFASTEN ab 25.2.21

- 1. Abend 25.2. ab 19 Uhr
- 2. Abend 28.2. ab 17 Uhr
- 3. Abend 2.3. ab 19 Uhr

### VOR-OSTER-FASTEN ab 25.3.21

- 1. Abend 25.3. ab 19 Uhr
- 2. Abend 27.3. ab 17 Uhr
- 3. Abend 30.3. ab 19 Uhr

### Neue Infos & Überraschungen

kommen in den Fastengruppen 2021!



**nana!**  
NATURHEILPRAXIS

T: +43 (0)664 3935947

nana@nana.at

www.nana.at

