Fasten geht Online

Um, in Zeiten der großen Umwälzungen planen zu können, braucht es verlässliche Möglichkeiten. So wie manch andere habe ich Zoom als Online -Möglichkeit für mich und euch entdeckt, um dadurch einen Teil meiner Angebote auf einen stabilen Boden zu stellen.

Allen, die bereits Fastenerfahrungen, über meine Kurse haben ist der Ablauf der Woche vertraut. Dazu gibt es online kleine Anpassungen… **die Intention und die Inhalte bleiben:**

* Der Tee abends zum gemeinsamen Austausch ist selbst bereit zu stellen.
* Das gemeinsame Frühstück am Sonntag fällt aus…dafür gibt es Alternativen die ich beim Einführungsabend mit euch besprechen möchte. (Stichwort- „mitnaschen“ der Mitbewohner…)

Für alle NeueinsteigerInnen, gibt es alle wichtigen Infos beim Einführungsabend und natürlich auch im Vorfeld, persönlich, telefonisch oder per Mail!

Damit, auch online genug Raum für Austausch bleibt ist die TeilnehmerInnenzahl, beschränkt auf 8 Personen.

**Mindestteilnahme: 5 Personen**

**Preisvorteil online: 140,-- statt 160,-- Euro natürlich inclusive Basendrink und Fastentee** (ist vor Fastenbeginn bei mir abzuholen, dazu gibt’s noch eine zeitgerechte Erinnerung )

**Termin : So 07.03. – Sa 13.03.2021 Anmeldeschluss:1.März 2021**

**Anmeldung unter:** [**kordula.kommenda@johko.at**](mailto:kordula.kommenda@johko.at) **oder 0664/72812907**

Falls du, mit FreundInnen, ArbeitskollegInnen als Gruppe einen eigenen Kurs starten möchtest, bitte bei mir melden!

Ab 5 Personen

Termin nach Vereinbarung

Gruppenrabatt 10%

„DEM KÖRPER GUTES TUN, DAMIT DIE SEELE GERNE DARIN WOHNT…!!!“...IM SINNE VON RAUM SCHAFFEN DURCH REDUKTION…!

In diesem Sinne, freue ich mich auf eure Anmeldungen!

Kordula