



Fastenwandern in Rettenbach am Auerberg
im schönen Ostallgäu
vom Sonntag den 19. April bis Sonntag 26.
April 26



Fasten und Wandern am Auerberg im Gästehaus Lindenhof in wunderschönen Ostallgäu mit dem Kneippverein Bad Grönenbach.

Natur erleben und erfahren, Fasten mit Herz und Kompetenz.

Modifiziertes Buchinger-Fasten und Wandern – wir wollen unseren Körper durch Fasten und die Bewegung bewusst spüren und dabei unsere innere Kraftquelle neu entdecken.

Gemeinsam Fasten – in der Gruppe ist es ein besonderes Erlebnis,

1. Tag bis 7. Tag Wanderungen im Genussbereich !!!!zwischen ca. 5 und 15 km – je nach individueller Kondition - was den Kreislauf anregt und die Entgiftung unterstützt. Daneben bleibt Zeit für Muße: Bewegung und Ruhe bilden den idealen Ausgleich.

Leistungen:

- 7 x Übernachtungen im Einzelzimmer mit Dusche/WC im Gästehaus Lindenhof in Oberlöchers 7, Rettenbach am Auerberg
- Fastenverköstigung „Unser reichhaltiges Fastenbuffet“ (Tee und Wasser / Obstsaft / Buttermilch / Sauerkrautsaft / Fasten- und Gemüsesüppchen / Kräutersäfte / ...)
- Fasteninfoprogramm und Vorträge
- Morgengymnastik, Sauna, Anleitung zu kneippschen und basischen Anwendungen
- Ausflugsfahrt in die Kristalltherme Schwangau
- Täglich „Kneippsche Güsse“ im Freien, Kräuterwanderung und Waldbaden mit Gaby
- Möglichkeiten von Massageanwendungen im Haus

Reisepreis:

Pro Person im Doppelzimmer / Einzelzimmer (All Inclusive) **Mitglieder des Kneippvereins** 649€ --- 689 € **Gäste und Freunde** Anreise jeder individuell.

Fasten- und Wanderleitung: Gabriele Baumeister und Kerstin Wahnig

**Anmeldung beim Kneippverein Bad Grönenbach bis
spätestens Mitte Februar 2026:**

Gabriele Baumeister 08334 / 989490 oder gabybaumeister@web.de