

Preise

95,00 Euro	Normalpreis
65,00 Euro	Mitglieder des Berufsverbandes Fasten und Ernährung
80,00 Euro	Fastenteilnehmer/innen unserer Mitglieder
	Preise inklusive 2 x Mittagessen, 1 x Abendessen, Pausenverpflegung

Übernachtung

Im Kloster ist ein Zimmerkontingent für das Symposium reserviert.

44,50 Euro Preis Einzelzimmer

35,00 Euro Preis Doppelzimmer pro Person



Life Kinetik®

ist ein lebendiges Bewegungsprogramm zur Gehirnentfaltung und eine neue lustige Trainingsform, die das Gehirn mittels nicht alltäglichen koordinativen, kognitiven und visuellen Aufgaben fördert – nach dem Prinzip: Bewegungen ausführen, Synapsen verknüpfen.



smovey®

ist ein lebendiges Bewegungsprogramm für Kondition, Koordination und Muskelaufbau, die Spaß macht und zudem konditionelle und koordinative Fähigkeiten trainiert und mobilisiert. Bei jung bis alt sorgt der smovey als Gesundheits- und Fitnessgerät für Spaß in der Prävention, Gesundheitsförderung und Rehabilitation.



Vitaler Rücken – starke Mitte

Bewegungsprogramm zur Kräftigung der tiefen Rumpfmuskulatur und Stärkung der körperlichen und seelischen Mitte. Ziel dieses Kurses ist es, die eigene Mitte zu finden und das Körpergefühl zu verbessern. Außerdem wird die Gleichgewichtsfähigkeit geschult sowie die Bauch- und Rückenmuskulatur gekräftigt.



Symposium buchen:

berufsverband Die Profis
fasten&ernährung für gesundes Leben

Berufsverband Fasten und Ernährung e.V.
Karl-Weller-Straße 2, 70565 Stuttgart
Telefon: +49 711-741 533
E-Mail: info@bv-fasten-ernaehrung.de



berufsverband Die Profis
fasten&ernährung für gesundes Leben

SYMPOSIUM FASTEN UND gesund LEBEN im BIORHYTHMUS

Kloster Drübeck - Ilsenburg
Klostergarten 6
38871 Ilsenburg (Harz) OT Drübeck
Telefon: 039452 94300

04. bis 05. November 2017

PROGRAMM Samstag, 04.11.2017

- ab 9:00 Uhr Check-In
- 09:45 Uhr Begrüßung
- 10:00 Uhr „Die Chronodiät“ – Gesund leben und schlafen
Die richtige Ernährung zur richtigen Zeit
Referent: Dr. Jan-Dirk Fauteck
mit anschließender Diskussion
- 12:30 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr Workshop-Runde Vitaler Rücken - Starke Mitte
Smovey - Life Kinetik
- 15:30 Uhr Kaffee- und Teepause
- 16:00 Uhr Die Ernährung im Biorhythmus aus der Sicht
der Traditionellen Europäischen Medizin
Referent: Siegfried Wintgen
mit anschließender Diskussion
- 18:00 Uhr Podiumsdiskussion
- 19:00 Uhr Abendessen
anschließend Zeit für Gespräche,
Austausch, Kennenlernen

PROGRAMM Sonntag, 05.11.2017

- 07:30 Uhr Morgengang mit Qi Gong
- 08:30 Uhr Frühstück
- 09:30 Uhr „Nahrung für Geist und Seele -
für ganzheitliche Gesundheit und Glück“
Referent: Dr. med. Christian Kuhn
mit anschließender Diskussion
- 11.30 Uhr Bewegung – Entspannung - Meditation
- 12:30 Uhr Abschlussrunde
- 13.00 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr Abreise

Die Referenten



Dr. Jan-Dirk Fauteck

„Das Richtige zum richtigen Zeitpunkt tun“, ist der Schlüssel für eine gesunde und nachhaltige Ernährung. Sprich: „WANN wir etwas essen, ist genauso wichtig wie WAS wir essen“. Der Chronobiologe promovierte an der Universität Mailand und erforscht seit eineinhalb Jahrzehnten die Rolle der inneren Uhr im menschlichen Organismus.



Siegfried Wintgen

Als Gesundheitswissenschaftler, Ernährungsberater nach TEM und Spitzenkoch hält er u.a. Vorträge zu den verschiedenen Ernährungsthemen und ist regelmäßig Gast im Fernsehen und Rundfunk sowie bei internationalen Kongressen und Veranstaltungen für Spitzenfirmen in ganz Europa. Sein besonderes Interesse gilt der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) und der Verbindung von Ernährung und Gesundheit.



Dr. med. Christian Kuhn

verfolgt in seiner Arbeit einen ganzheitlichen Ansatz, der die Menschen als Einheit von Körper, Seele und Geist sieht. Er ist sich sicher: „Der Geist regiert den Körper“. Das hieß bei den alten Griechen Psycho-Somatik und neuerdings Mind-Body-Medicine. Die Einflüsse von Seele und Geist auf den Körper wirken bei der Entstehung von Krankheiten, können aber andererseits mit sehr gutem Erfolg auch zur Heilung von Krankheiten therapeutisch genutzt werden.

