



Einladung zum Vortrag

Brigitte Pregonzer

Sanftes Hildegardfasten

für mehr Leichtigkeit und Lebensfreude



Fasten ist ein Reinigungsprozess auf der körperlichen, seelischen und geistigen Ebene. Das Hildegardfasten ist eine freiwillige Reduzierung für eine absehbare Zeit, in der durchaus gegessen werden darf – allerdings nur Dinkelbrot und Dinkelsuppe. Diese einfache und leichte Ernährung führt zu körperlichem und geistigem Wohlbefinden. Brigitte Pregonzer geht in ihrem Vortrag aus ganzheitlicher Sicht auf das Thema ein.



BRIGITTE PREGONZER hält seit vielen Jahren Kurse zur Hildegard-Lehre, begleitet Fastengruppen und gründete die Hildegard-Akademie, um diese Lebens- und Gesundheitslehre weiter zu verbreiten.

Mittwoch, 21. Februar 2018, 19.00 Uhr
TYROLIA BUCH · PAPIER LANDECK
Malser Straße 15



Kursbeitrag: € 9.– /
€ 7.– mit Tyrolia-Vorteils card
VVK: in Ihrer Tyrolia-Filiale