



## Ablauf der Fastenwanderwoche

### Sonntag

- 15:00-18:00 Uhr Anreise (Parkplätze am Haus)  
18:00 Uhr            Gemeinsames Kennenlernen und Bio-Fastenbrühe  
18:45 Uhr            Fastenvortrag (ca. 30 Min.)  
Ab 19:15 Uhr        Abführen mit Glaubersalz oder Sauerkrautsaft

### Montag-Donnerstag

- 09:00 Uhr            Frisch hergestellter Saft und Tee in Bioqualität  
10:00 Uhr            Wanderung durch die schöne Natur, ca. 10 km  
13:30 Uhr            Teetrinken in der Pension  
14:00-18:00 Uhr Freie Zeit für:  
                          Leberwickel und Ruhe  
                          Basisches Fußbad  
                          Lahn-Dill-Bergland-Therme  
                          Stöbern in der Fastenbibliothek  
                          Ausflüge nach Herborn oder Marburg  
                          Besuch des Kneippmuseums  
                          Spaziergänge  
                          Kneippen in den Kneippbecken Bad Endbachs (Frühjahr-Herbst)  
18:00 Uhr            Bio-Fastenbrühe, danach Fastenvortrag bzw. Einkaufstraining  
19:00 Uhr            Gemeinsamer Ausklang  
19:30 Uhr            Zeit für das basische Fußbad, Ruhe, ein gutes Buch,  
                          gemeinsame Spiele usw.

### Freitag

- 09:00 Uhr            Fastenbrechen mit einem Apfel, Feedbackrunde und Foto,  
                          individuelle Abreise  
                          Die Zimmer können noch bis 11 Uhr belegt werden.