



KULMER  
VILLA THALHOF

# TERMIN-VORSCHAU

Veranstaltungen in der Villa Thalhof



## HEILFASTEN MIT MARIA PLODER

Willst du in deinem Leben auch etwas verändern?

Bewusstheit für deinen eigenen Körper und Ernährung schaffen? Dich von blockierenden Lasten und alten Gewohnheiten befreien, um mit neuer Energie und Leichtigkeit neu durchzustarten?

**ZEIT FÜR MICH!  
VERZICHT NIMMT NICHT - VERZICHT GIBT!**



  
KULMER  
VILLA THALHOF



## HEILFASTENWOCHE

mit Maria Ploder  
Villa Thalof/Bad Gleichenberg

1. bis 8. März 2024  
31. Mai bis 7. Juni 2024



**Preis € 898,- pro Person**

**INKLUDIERTE LEISTUNGEN:**  
7 Nächtigungen, Verpflegung  
aus Sophies Basenküche,  
2 Eintritte in die "Therme der  
Ruhe" inkl. Sauna,  
Fastenbegleitung,  
Aktivprogramm, Vorträge zur  
Lebensordnung &  
Gedankenhygiene, etc.

**Anfänger sowie  
Fortgeschrittene sind  
herzlich willkommen.**





KULMER  
VILLA THALHOF



**FÜR DEN EINSTIEG IN EIN ERSTFASTEN  
BRAUCHEN SIE NUR ETWAS MUT  
UND LUST AM ENTDECKEN!**



**Entspannung &  
Neuausrichtung  
für Körper,  
Geist und Seele**

**Liebe Fasten-Interessenten!**

**Das Basenfasten kann uns dabei helfen, gesund, glücklich und willensstark  
deinen Körper neu zu begrüßen.**

**Loslassen von alten Gewohnheiten, etwas neues wagen  
und mit Mut erkennen, was wirklich wichtig ist.**

**Das befreiende Gefühl der Reduktion spüren.  
Eine Woche nur für sich selbst Zeit haben.**

**In der Gruppe geht es leichter und die gegenseitige Motivation bereichert.**

**Zwei Basische Mahlzeiten versorgen den Körper mit den notwendigen Vitaminen,  
Mineralien und Spurenelementen. Dazu kommt viel Bewegung in der frischen  
Luft, ausreichend Schlaf und Ruhe für Körper Geist und Seele.**

**Für mich ist es eine großartige Erfahrung um meinen Körper fit, gesund und  
beweglich zu erhalten. Gerade in der jetzigen Zeit  
ist es wichtig auf sich zu achten, sein Immunsystem zu stärken und zu schauen  
was ich an mir verändern kann/will.**

**Jeder hat Zeit auf sich selbst zu achten, seinen eigenen Körper zu spüren  
und seinen Geist zur Ruhe kommen zu lassen.  
Sich auf das Wesentliche zu konzentrieren.**

**Ich freue mich dieses wunderbare Gefühl von Leichtigkeit – wie eine  
Runderneuerung, den Teilnehmern weiter zu vermitteln.**

**HERZLICHST MARIA PLODER**



**ANMELDUNG/INFO  
thalhof@kulmer-fisch.at**