Elia
LIFESTYLE CENTER

Basenfasten-Wanderwoche

11.–18. Oktober 2026

Bewusst entschleunigen. Natürlich auftanken.

Leicht fühlen. Klar denken. Energie tanken.

Während einer Basenwoche bringst Du Deinen Säure-Basen-Haushalt und Deinen Stoffwechsel ins Gleichgewicht – ohne zu hungern.

Bei uns fällt Dir basische Ernährung leicht, denn unsere Küche bereitet Köstliches aus frischem Obst, Gemüse, Nüssen, Samen und Kräutern zu.

Das sind Lebensmittel, die basisch verstoffwechselt werden.

Deine Auszeit – Deine Balance

BASISCHE ERNÄHRUNG
Leckere, basische Küche aus frischen, natürlichen Zutaten.

AKTIV IN DER NATUR
Wandern, Gymnastik und Bewegung für Körper und Geist.

ENTSPANNUNG GENIESSEN
Massagen, Wickel, Fußbäder und wohltuende Anwendungen.

BEWUSST LEBEN
Verzicht auf Kaffee, Fleisch, Alkohol und Nikotin – spürbare Entlastung für den Körper.

NEUE ENERGIE SCHÖPFEN
Kraft und Inspiration aus Gott – durch Andachten und eine christliche Atmosphäre.

WAS DICH ERWARTET

- ✓ 7 Übernachtungen
- ✓ 7 Tage basische Fastenverpflegung
- ✓ erholsame Wanderungen
- ✓ 1 Gesundheitscheck (auf Wunsch)
- ✓ 1 Massage / Anwendung nach Wunsch
- ✓ Tägliches Fußbad und Leberwickel
- ✓ Workshops & Vorträge zum Thema Basenfasten und gesunder Ernährungs- & Lebensstil

TERMINE

10. – 17. Mai 2026

11. – 18. Oktober 2026

KOSTEN FÜR 7 TAGE

Pro Person im Doppelzimmer
799,00 €

Pro Person im Einzelzimmer
869,00 €

Tu Dir etwas Gutes!

Gönn Dir eine Woche nur für Dich.
Für mehr Leichtigkeit, Vitalität und Lebensfreude.

Elia Lifestyle Center | HÖRSCHOFER STR. 40 71566 ALTHÜTTE | 07192/9364977 INFO@ELIA-EV.DE | WWW.ELIA-EV.DE