

Basen-Fasten plus Schüßler-Salze

6 Tage für Fitness und Gesundheit

AB 18 JAHRE

Ist das wirklich Fasten? Basisch schlemmen und die Fitness anregen. Und das Ergebnis? Strahlendes Aussehen – Du fühlst dich fit und gesund.

Mit Vitaminen und Mineralien wird dein Stoffwechsel angeregt. Die Pfunde purzeln und Körper und Seele kommen in Bestform. 100% basische Ernährung sorgt für die optimale Entsäuerung. Eine Salz-Ölmassage (Rücken) reinigt und entspannt. Eine basische Ganzkörperbehandlung inklusive Gesichtspackung (Bürstenmassage und Wickel), Fußbäder und Sauna runden das Angebot ab. Sanfter Sport – Wandern, leichte Aerobic, Walking, Yoga, Rückenfit und Dehnungen – unterstützt das Entschlacken.

An den Abenden sorgen Vorträge über basische Ernährung oder Schüßler-Salze, Vorlesen sowie eine Stadtführung für Unterhaltung.

Zusätzlich buchbar:

Slow and Deep-Rückenmassage, energetische Kopfmassage, Fußreflexzonenmassage, Chakra-Fußreflexpunktmassage, Thai-Fußmassage, Wellness-Massagen (Gesicht, Hals, Dekolleté) mit Aromaölen, Hot-Stone-Massage, russische Honigmassage, indische Ölmassage, Lomi-Lomi-Nui oder lang in deLuxe-Form, Prana-Lomi-Stone-Massage, Pantai-Luar-Kräuterstempelmassage, Candle-Oil-oder Breuss-Rückenmassage, Asia-Aromatic, traditionelle Thai-Yoga-Massage, Tao-Entspannungsmassage, Bali-Java-SPA-Treatment.

Meersalzpeeling, Meeresalgenpackung, Black Mud (Schlamm aus dem Toten Meer), Aloepackung, Schokopackung, Handpackung, Fußpackung, Thalasso-Beinwickel, Body-Wrapping, Tiefenwärme, Shiroadara (Stirnguss), Spezial-Masken zum Kosmetik-Programm, Anti-Aging-Weinbehandlung, Friseurtermin (nur Schneiden), Maniküre mit Trendlacken, Einzeltermine zur Farb- und Stilberatung

ALLGEMEINE HINWEISE

Vor Beginn der Basenwoche in Creglingen beginnst du mit Entlastungstagen zu Hause, an denen auch die Darmentleerung gemacht werden sollte.

Bei entsprechend verfügbaren Kapazitäten bemüht sich der Reiseveranstalter darum, die gewünschten Reiseleistungen auch Gästen mit Mobilitätseinschränkungen anzubieten. Es wird darum gebeten, **bereits bei der Buchung genaue Angaben über die Personenzahl** sowie jeweils über **Art und Umfang der Mobilitätseinschränkungen der betreffenden Teilnehmer** zu machen, damit geprüft werden kann, ob die Buchung bestätigt werden kann.

Onlineversion des Angebots: www.jugendherberge.de/reisen/47

Information & Buchung:

Jugendherberge Creglingen,
Erdbacher Str. 30
97993 Creglingen

+49 7933 336
@ JH-Creglingen@jugendherberge.de

Reiseveranstalter:

DJH-Landesverband Baden-Württemberg e. V.
Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart

+49 711 66474726
@ buchungen-bw@jugendherberge.de

Leistungen

- ✓ 5 Ü / VP im Mehrbettzimmer, Bettwäsche, basische Verpflegung mit Schüßler-Salzen, Säfte, Kräutertees und Wasser,
- ✓ Programm wie beschrieben.
- ✗ Nicht enthalten: Energiezulage von 3 Euro pro Person / Nacht
Einzel- oder Doppelbelegung gegen Aufpreis (ab 2025 ist die Energiezulage im Preis inklusive)

Termine & Preise

09. 03. 2025 – 14. 03. 2025
16. 03. 2025 – 21. 03. 2025
30. 03. 2025 – 04. 04. 2025
06. 04. 2025 – 11. 04. 2025
02. 11. 2025 – 07. 11. 2025
09. 11. 2025 – 14. 11. 2025
30. 11. 2025 – 05. 12. 2025

👉 **5 Übernachtungen mit Vollpension,**
Bett / en im Mehrbettzimmer
561,00 € pro Person

17. 03. 2024 – 22. 03. 2024
03. 11. 2024 – 08. 11. 2024
24. 11. 2024 – 29. 11. 2024
10. 11. 2024 – 15. 11. 2024
01. 12. 2024 – 06. 12. 2024

👉 **5 Übernachtungen mit Vollpension,**
Bett / en im Mehrbettzimmer
523,00 € pro Person

Teilnehmerzahl

Mindestens 15 Teilnehmer
Höchstens 30 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 31 Tage vor Reisebeginn.