

Bewusst Fasten



Dr. med. Ruediger Dahlke

Buch: 224 S., durchgängig 4-farbig – Ein spiritueller Wegweiser zu neuen Erfahrungen

Jetzt erstmals als Taschenbuch!

ISBN 978-3-86826-163-9 , € 9,95

Der Weg zu neuen Erfahrungen

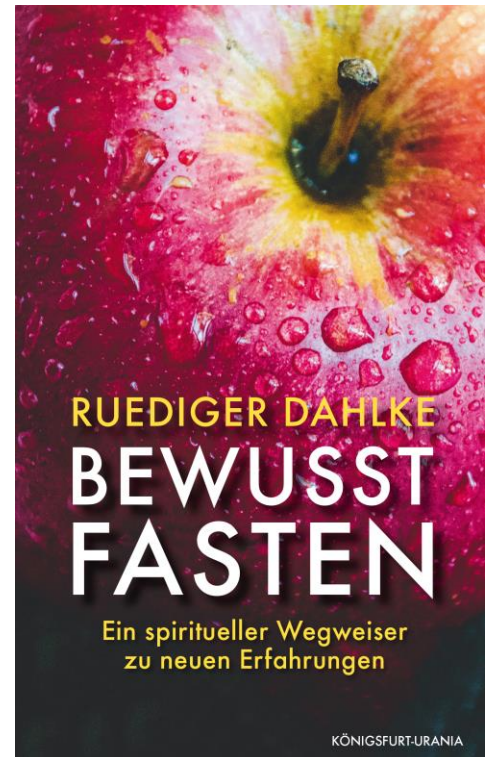
Immer mehr Menschen fasten mindestens einmal im Jahr. Bewusst Fasten bedeutet eine tiefe Reinigung auf allen Ebenen und ein Weg zu neuen Erfahrungen: Körper, Geist und Seele kommen zur Ruhe und neue Energie kann wachsen.

Bewusstsein ist nicht nur, aber auch beim Fasten der entscheidende Punkt. Dieses spirituelle Programm, ergänzt durch praktische Übungen und wirkungsvolle Rezepte, führt den Leser durch die Fastenzeit und motiviert dazu, die Aufbauzeit nach dem Fasten für eine gesunde Ernährungsumstellung zu nutzen.

Seit über drei Jahrzehnten begleitet Dr. med. Ruediger Dahlke seine Fastengäste durch die besondere Zeit des Neuanfangs und gibt den reichen Erfahrungsschatz mit diesem Buch weiter.

Der erste und ursprüngliche Fasten-Ratgeber von Ruediger Dahlke, mehrfach aktualisiert – aufgrund des großen Erfolges jetzt als kostengünstiges Taschenbuch erhältlich!

Dr. med. Ruediger Dahlke ist als Arzt, Trainer, Referent und Autor seit Jahrzehnten international gefragt. Von ihm sind bereits zahlreiche Bücher erschienen, die in der Ratgeberliteratur nicht wegzudenken sind.



ANFORDERUNG VON PRESSEEXEMPLAREN

*per Post an Königsfurt-Urania Verlag, D-24796 Krummwich b. Kiel, z. H. Jennifer Lorenzen-Peth
Tel. 04334-18 22 007, **E-Mail:** presse@koenigsfurt-urania.com oder per **Fax** 04334-18 22 011:*

Ja, () senden Sie mir je ein Besprechungsexemplar „Bewusst Fasten“

Name _____

Straße _____

PLZ /ORT _____

Telefon + Fax _____

Redaktion _____

Ich bin damit einverstanden, dass meine Rezension für Werbezwecke für das betreffende Buch vom Verlag genutzt werden darf (mit Angabe von Quelle und Urheber). Falls noch nicht hinterlegt.

Unterschrift, Datum _____