

Zeit-zum-Fasten  
**Bergfrühling Fastenwanderwoche**

**Termin:** vom **21.04.- 27.04.2024**, bei dieser Fastenwanderwoche im späten Frühjahr (der Schnee sollte eigentlich weg sein!) erleben wir das Erwachen und Erblühen der Natur im Bergtal. Die bereits wärmenden Sonnenstrahlen lassen die Laune steigen und das Fasten bietet sich optimal als körperlichen und seelischen „Neustart“ nach der dunklen und kalten Jahreszeit an.

**Ort:** Farchant, ruhiger idyllischer Luftkurort im Zugspitzland, 4km nördlich von Garmisch-Partenkirchen, mit bestem Blick auf die Zugspitze und die markante Pyramide der Alpspitze.

**Seminarort:** das gemütliche **Hotel Garni Föhrenhof** (<https://www.hotel-foehrenhof.com/>) im alpenländischen Stil, zahlreiche Wanderungen und Spaziergänge ab Haus, 3 Gehminuten zum Natur- & Erholungspark Kuhflucht mit Kneipp-Anlage.

**Preise:** Unterkunft für je 6 Nächte

**Doppelzimmer mit 2 Personen belegt, 285€/Person** (kein Zimmerservice!),  
**Doppelzimmer zur Einzelnutzung, 420€/Person** (kein Zimmerservice!),  
geräumige **Ferienwohnung mit 1 Schlafzimmer**, Einzelbelegung, **510€/Person**,  
geräumige **Ferienwohnung m. 2 Schlafzimmern, mit 2 Personen belegt, 330€/Pers.**

zuzüglich **Kurbeitrag 2,80€/Tag**

Dazu kommen insgesamt **300€ für Seminargebühr und Fastenverpflegung** in Bio-Qualität (s. Leistungen)

**Alles zusammen also ab 601,80€/Person im Doppelzimmer**  
(bei Belegung mit 2 Personen , inkl. Kurbeitrag).

An- und Abreise, eventuelle kurze Fahrten zu den Wanderstartplätzen, Parkgebühren dort und die Aktivitäten am "freien" Nachmittag sind nicht im Seminarpreis enthalten.

**Besonderheiten/Schwierigkeitslevel:**

Die Wanderungen bei dieser Woche führen uns meist auf befestigten Wegen durch die herrliche Landschaft des Zugspitzlands.

Die Touren sind **ca. 3h lang und leicht bis mittelschwer**. Ganz ohne Steigungen geht es hier manchmal nicht, aber diese sind massvoll, nicht zu steil und ermöglichen uns reizvollste Aussichten. Und natürlich machen wir ausreichend Pausen!

Individuelle Abkürzungen/Varianten sind in Absprache mit der Seminarleitung häufig möglich.

**Das Hotel ist im Seminarzeitraum geschlossen, deshalb auch keine Reinigung/ Service in den belegten Zimmern.o**

Einnahme der Fastenverpflegung, Vorträge, sowie Sport- und Entspannungseinheiten finden im Hotel in einem Raum im charmant-rustikalen alpenländischen Stil statt, der ganz für unsere Gruppe reserviert ist.

Das Hotel liegt nur 500 m vom Bahnhof Farchant entfernt, deshalb bietet sich eine Anreise mit dem Zug an.

**Um eine CO2-freundliche Anreise zu fördern, biete ich einen kostenlosen Abholservice an!**