



Sebastian Bartning
Jahrgang 1957

Sebastian Bartning ist praktizierender Heilpraktiker, Fastenleiter, Azidosetherapeut und Yogalehrer sowie Dozent für Anatomie, Physiologie, Pathologie und ernährungsbedingte Pathogenese.

Neben seiner umfassenden Erfahrung im Bereich der Naturheilverfahren setzt er seine Schwerpunkte auf Ernährungsaufklärung und Heilmassagen nach Dr. Collier zur Eliminierung von Säuren und Giften aus dem Bindegewebe.

Zusammen mit seiner Frau Louise hat er diese Aufgaben in vielen Jahren weiter entwickelt. Sowohl die Arbeit in der Berliner Praxis als auch seine Azidose- und Fastenkuren sind die konsequenten Entwicklungen daraus, die von ihm mit viel Kraft und Elan fortgesetzt werden. Diese umfassen:

- ◆ Fasten für Körper, Geist und Seele
- ◆ Gesundheitsbewusste Ernährung
- ◆ Balance des Säure-Basen-Haushalts
- ◆ Entgiftung, Entsäuerung, Darmsanierung

Anmeldung:

Ich bitte um Ihre Anmeldung per Brief, Fax oder E-Mail an die Praxis Bartning. Sie erhalten eine schriftliche Bestätigung und einen Gesundheitsfragebogen. Weitere Informationen zu den Zahlungsmodalitäten und Ihrer Zimmerreservierung sowie Anreisehinweise erhalten Sie mit der schriftlichen Buchungsbestätigung. Ich bitte um rechtzeitige Anmeldung, da nur eine begrenzte Anzahl an Plätzen zur Verfügung steht.



Sebastian Bartning
Heilpraktiker

Freiwaldauer Weg 34
12205 Berlin-Lichterfelde
Tel.: 030-812 999 55



aktueller Kalender

Informationen, Kalender und Vorträge finden Sie im Internet unter www.bartning.de E-Mail: info@bartning.de
Änderungen vorbehalten. Stand Januar 2014

Fastenkuren in Berlin:

- ◆ 20. bis 29. März 2014 (10 Tage)
- ◆ 3. bis 9. Juli 2014 (7 Tage)
- ◆ 6. bis 15. November 2014 (10 Tage)
- ◆ 12. bis 21. März 2015 (10 Tage)
- ◆ 21. bis 27. Juni 2015 (7 Tage)
- ◆ 29.10. bis 7. November 2015 (10 Tage)

Lage:

www.maps.google.de -> „Sebastian Bartning“ eingeben



Fastenkur
Heilfasten nach Dr. Buchinger
in Berlin

2014 - 2015
mit Sebastian Bartning
Heilpraktiker



Die Kur – Heilfasten nach Dr. Buchinger

Ihr Königsweg der Reinigung

Der Gewinn des Fastens entsteht nicht nur durch den Verzicht auf feste Nahrung mit dem Ziel der Reinigung und Gewichtskontrolle. Es ergibt sich besonders durch ein Innehalten von alltäglichen Gewohnheiten.

Das Fasten kann Sie zur Ruhe führen, zu neuer gedanklicher Klarheit und zu einem freieren Geist. Emotionale Blockaden werden gelöst, Sie starten mit frischen Antriebskräften neu durch.

Körperlich erleben Sie eine äußerst effektive Regeneration Ihrer Verdauungsorgane mit einer anhaltenden Belebung Ihres Stoffwechsels. Im Bindegewebe eingelagerte Säuren und Gifte werden ausgeleitet und eine neue, gesunde Darmflora wird aufgebaut. Das führt zu einer Stärkung Ihres Immunsystems und macht Sie weniger anfällig gegen alltägliche Krankheiten.

Die Fastenkur ist oft Ausgangspunkt eines Gesundheitsprozesses. Für dessen nachhaltige Fortsetzung bekommen Sie eine Vielzahl von Anregungen.

Eine Voraussetzung dafür, dass Sie sich während des Fastens rundum wohl fühlen ist die sanfte Darmreinigung während aller Fastentage.

Während des Fastens auftretende Säurefluten werden durch selbst zubereitete Gemüsebrühen und -säfte gepuffert. Kräutertees und durch Umkehrosmose gereinigtes Wasser fördern die Ausleitung.

Bewegungsübungen, Ruhe und Entspannung unterstützen Sie beim schnellen Abbau von Giften, Säuren und Schlacken und dienen Ihrer Regeneration.

Gespräche und Informationen über Ernährungsfragen helfen Ihnen, den Neubeginn nachhaltig zu festigen und den „Jo-Jo Effekt“, auch beim Gewicht, zu vermeiden.

Sie werden die Fastenkur als einen Wandel mit neuer Klarheit erleben, mit wacherem Körpergefühl und der Entdeckung neuer Antriebskräfte.

Der Ort – Berlin-Lichterfelde, Praxis Bartning

Die Kur findet in den großzügigen, lichtdurchfluteten Praxisräumen von Sebastian Bartning statt. Diese sind ideal für einen entspannten, kommunikativen Aufenthalt geeignet.

- Alle Maßnahmen werden so angeleitet, dass Sie diese leicht zu Hause fortführen können.
- Vor dem Beginn des Fastens werden an einem Montagabend alle notwendigen Informationen rund um das Buchinger Fasten und für einen guten Einstieg erläutert.



Der Preis pro Person:

10 Tage Fastenkur 200,00 €

7 Tage Fastenkur 150,00 €

Zu dieser Fastenkur gehört

- die persönliche Einführung in das Fasten,
- die tägliche Fastenbegleitung mit persönlichem Gespräch,
- telefonische Ruf-Bereitschaft über 24 Stunden während der ganzen Fastenzeit,
- der korrekte Aufbau nach dem Fasten mit Begleitung in eine gesunde Ernährung.
- Der Vortrag vorweg über das Fasten ist mit inbegriffen,
- Familienangehörige und Freunde sind im Vortrag willkommen.

Ihr Tag – Infos zum Ablauf der 10 Tage Kur:

Tag	Zeit	Verlauf
Donnerstag	19 bis 21 Uhr	Entlastungstag
Freitag	19 bis 21 Uhr	Gespräche und Übungen
Sonnabend	19 bis 21 Uhr	Gespräche und Übungen
Sonntag	9 bis 11 Uhr	Wandern
Montag		Telefon-Check
Dienstag	19 bis 21 Uhr	Gespräche und Übungen
Mittwoch		Telefon-Check
Donnerstag	19 bis 21 Uhr	Gespräche und Übungen
Freitag		Telefon-Check
Sonnabend	9 bis 11 Uhr	Fastenbrechen
Dienstag	19 bis 21 Uhr	Nachbesprechung

