

Effekte des Scheinfastens



- ✓ Stoffwechselaktivierung
- ✓ Blutdruckregulation
- ✓ Gewichtsreduktion
- ✓ Verringerte Müdigkeit
- ✓ verbessertes Hautbild
- ✓ mehr gefühlte Energie
- ✓ langfristige Umstellung
der eigenen Ernährung
leichter möglich

Dr. med. Dominik Kuhbandner
Facharzt für Allgemeinmedizin
Notfallmedizin und Ernährungsmedizin

Fr. Sigrid Baier
Fachärztin für Allgemeinmedizin
(angestellte Ärztin)

Sprechzeiten:
Mo – Fr 8 bis 12 Uhr
Di 15 bis 17 Uhr
Mo, Do 16 bis 18 Uhr
und nach Vereinbarung

Marktplatz 1 92711 Parkstein
TEL 09602 4353
www.praxis-kuhbandner.de
info@praxis-kuhbandner.de



Scheinfasten

nach Valter Longo

Das Fastenkonzept
mit Praxisbegleitung

PRAXIS DR.
KUHBANDNER

”

“Du bist,
was du isst!”

Scheinfasten - was ist das?

- Verzicht auf tierische Lebensmittel
- Zubereitung der Speisen mit Hilfe vorgegebener Rezepte
- Entlastung - Fasten - Wiederaufbau



Mit den fünf Tagen des Scheinfastens erzielen wir sehr viele positive Effekte. Die Vorteile dieser Fastenmethode und die Umsetzbarkeit im Alltag machen das Scheinfasten zu DER Methode für alle Fasteneinsteiger, Berufstätige, alle, die regelmäßige Fastentage einlegen wollen,...

Das Scheinfasten bei uns

Aller Anfang ist leichter, wenn man nicht alleine ist - deshalb unterstützen wir Sie vor, während und nach der Fastentage intensiv und begleiten Ihr Fasten medizinisch.

Das dürfen Sie erwarten:

Eingangs-
Check

Rezepte
für die
5 Fastentage

tägliches kurzes
Videomeeting

Abschluss-
gespräch



Zeitplan

- 2 Vorbereitungstage, dann 5 Fastentage (= 1 Woche)
- mögliche Starttermine bitte in unserer Praxis erfragen



Kosten

Das Scheinfasten inklusive unserer beschriebenen Praxisbegleitung kostet einmalig 89,00 €.