



ELKE BRADEMANN

„Gesund & Fit“

Tel/Fax: 03371-621269

Mobil: 0174-4599933

E-Mail: Brademann-elke@gmx. de

www.fastenwandern-elke.de

Seminartermine 2009 und 2010

Weiterhin von Euren Krankenkassen bezuschusst.

Neu: Spreewald – Wellnessfasten – max. 3 h wandern – Gemüsebrühe dann Leberwickel; am Nachmittag Wirbelsäulengymnastik + Entspannung – Sauna incl.

Neue Tour: Fastenwandern in den Weinbergen um Meißen

Monat	Ziel	von	bis
September	Sächsische Schweiz	20.09.09	26.09.09
Oktober	Spreewald	04.10.09	10.10.09
	Rügen	18.10.09	24.10.09
	Usedom	25.10.09	31.10.09
November	Harz	01.11.09	07.11.09
	Thüringen	08.11.09	14.11.09
Januar - 2010	Harz	03.01.10	09.01.10
Februar- 2010	Spreewald	21.02.10	27.02.10
März - 2010	Mecklenb./Müritz	13.03.10	19.03.10
	Spreewald	21.03.10	27.03.10
April - 2010	Rügen	06.04.10	12.04.10
	Rügen	12.04.10	18.04.10
	Thüringen	20.04.10	26.04.10
Neue Tour Mai – 2010	Weinberge- Meißen	02.05.10	08.05.10
	Sächsische Schweiz	10.05.10	16.05.10
Oktober- 2010	Mecklenb./Müritz	03.10.10	09.10.10
	Spreewald	10.10.10	16.10.10

