

2019 Klingend Fasten

So 17. März – Sa 23. März 2019

klingend Fasten

Sunnehus Wildhaus, Toggenburg SG,

Kursinhalt

Einzigartiges Kraftpaket – Buchinger Fasten im Einklang mit Gesang und der Natur auf der Sonnenseite des Toggenburgs!

Wir fasten nach der Buchinger-Methode. Das meditative Singen, von «Gradhebä» und Erlernen eines Toggenburger Naturjodels bis zu orthodoxen Gesängen, begleitet uns durch die Fasten-Tage. Dies unterstützt den körperlichen Reinigungsprozess ideal und verleiht uns viel neue Energie. Die Reise in das Innere, das Lauschen der Seele gibt dem Ganzen eine Tiefe. Die Naturkulisse am Sonnenhang in Wildhaus und die Harmonie des Sunnehus tragen zur Entspannung bei. Fasten ist eine spannende und vielbringende Selbsterfahrung – Fasten ist mehr als Nichts essen!

Informationen

Teilnehmer	Min. 10, Max. 20
Vorkenntnisse	Keine, weder im Fasten noch im Singen.
Daten	Sonntag, 17. März 2019, 14 Uhr bis Samstag 23. März 2019, 14 Uhr
Kosten	Einzelzimmer, VP, CHF 1'510.- Doppelzimmer, VP, CHF 1'315.- Ohne Übernachtung, CHF1'230.- (inkl. Fastenverpflegung von SO bis SA.)

Ort	Kur- und Bildungszentrum Sunnehus, Wildhaus
------------	---

Seit 2003 werden Aktivitäten und Angebote unter dem Namen KlangWelt Toggenburg zusammengefasst, welche die wichtigsten Formen dieser Musikkultur vermitteln und die Verwandtschaft mit Traditionen auf der ganzen Welt aufzeigen.

Nun verbinden wir das Buchinger-Fasten mit meditativem Singen von Jodeln bis zu den gregorianischen Gesängen, was ideal den körperlichen Reinigungsprozess unterstützt.

KLANGWELT.CH