



## Himmlische Ruhe in der Provence

Kurz nach Sonnenaufgang erfüllt der Lobgesang der Mönche und Nonnen die 1000 Jahre alten Mauern. Es folgt ein meditativer Morgengang, begleitet vom Duft von Lavendel, Rosmarin und Thymian aus der Heidelandschaft in der Umgebung, der Garigue: Willkommen zu einem außergewöhnlichen Urlaub an einem wahrhaft friedvollen Ort! Im Kloster Saint-Michel-de-Frigolet, eingebettet in eine Bergkette nahe Avignon, bietet die

ärztlich geprüfte Fastenleiterin Gerti Neu einwöchige Gruppenreisen zum Durchatmen an. Wanderungen, Tai-Chi, Tai-Chi Schwertkurs und QiGong stehen ebenso auf dem Programm wie Kulturausflüge auf den Spuren von van Gogh und Nostradamus. Es gibt Reisevarianten mit Heilfasten nach Buchinger/Lützner oder mit Halbpension. Die Teilnehmer wohnen im klostereigenen Hotel, 8 Tage ab ca. 550 €, [www.fasten-reise.de](http://www.fasten-reise.de)