

## Organisatorische Angaben

- Kursbeginn:** Samstag 04.Okt. 2026 ab 15.00 Uhr, Anreise.  
**Kursende:** Freitag 10. Okt. 2026 um 11.00 Uhr, Abreise.  
**Kursort:** Landhaus Ettenbühl Bad Bellingen Hertingen  
Tel. 0049 / 7635 827970  
Auf eigene Kosten sind div. Massagen möglich.  
Parkplätze stehen vor dem Haus zur Verfügung.
- Kurskosten:** EZ Fr.1`290– DZ möglich. -In den Kurskosten sind inbegriffen:  
6-mal Zimmer mit Dusche und WC.  
Wasser, Tee, Fastensuppe, Bittersalz, Öl, Grapefruitsaft,  
Honig, usw. Balinea-Therme, Sauna-Landschaft,Salzgrotte,  
Meditation, Yoga, geführte Spaziergänge,
- Anmeldung:** Mit untenstehendem Talon an Agnes Kempf Theurillat,  
Flühstrasse 7, 4114 Hofstetten, oder [yoganesh@bluewin.ch](mailto:yoganesh@bluewin.ch)  
**Bitte Reiserückversicherung abschliessen.**



## Anmeldung für das Fasten-Seminar mit Agnes Kempf Theurillat 04. Okt. bis 10. Okt. 2026 Landhaus Ettenbühl in Hertingen

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Telefon Privat: \_\_\_\_\_ Geschäft: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Ich erkläre mich mit den Teilnahmebedingungen einverstanden und melde mich verbindlich an. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. (Bei Bedenken Absprache mit Ihrem Arzt.)

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

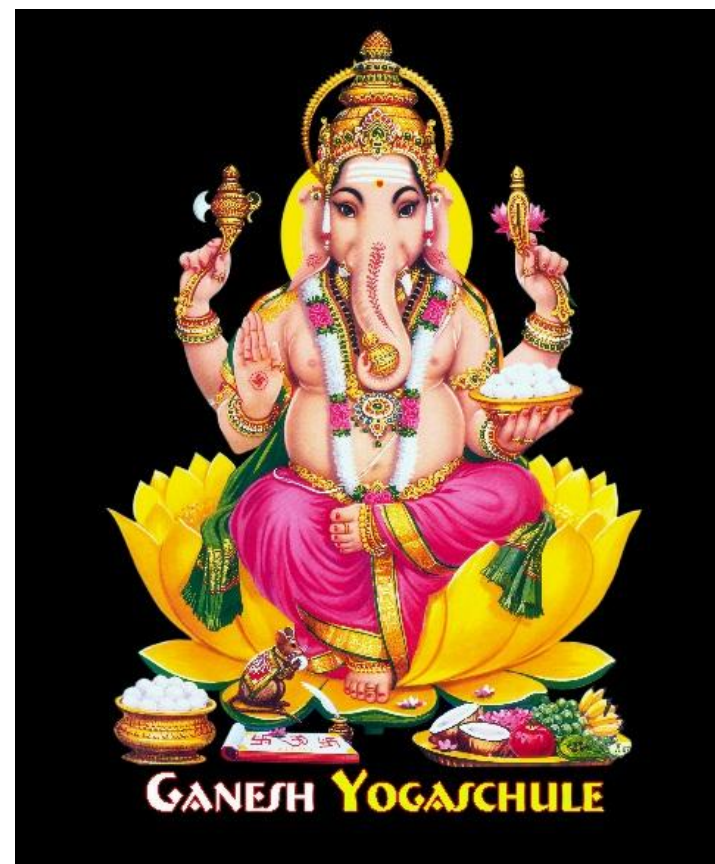
Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Bei Anmeldung Anzahlung von Fr. 790.--auf Konto Raiffeisenbank:  
CH12 8077 4000 0024 9342 1 auf den Namen Agnes Kempf. Restbetrag  
von Fr. 500.00 vor Beginn des Seminars.**

## Fasten-Retreat im Landhaus Ettenbühl Yoga Meditation Wellness und mit Yin Yoga & Klang

**Am 04. bis 10. Oktober 2026  
Ein Wegweiser für neue Erfahrungen**

### Agnes Kempf Theurillat



Agnes Kempf Theurillat  
079 765 33 00  
[yoganesh@bluewin.ch](mailto:yoganesh@bluewin.ch)  
[www.yoganesh.ch](http://www.yoganesh.ch)



**Ganesh Yogaschule  
Flühstrasse 7  
4114 Hofstetten**

## Kursinhalt Hauptthemen

*Etwas tun für sich,  
um Körper, Seele und Geist in Einklang zu bringen  
mit Klangschalen*

- Darm-Leber und Gallenreinigung nach Dr. Clark
- Fasten mit Tee, Wasser und Fastensuppe
- Yoga, Lach Yoga und Atemtherapie
- Meditation und Gehmeditation
- Spaziergänge und Waldbaden
- Zweimal Baden und Saunieren und einmal Salzgrotte in der Balinea Therme Bad Bellingen

### Bitte mitbringen:

Bequeme und warme Kleider, gute Schuhe, Trainer, Hausschuhe, Socken, Gymnastikkleider, Badeanzüge, Badetücher, Bademantel, Badeschuhe, Yogamatte, Darmreinigungsgerät und eine Bettflasche. ( Wenn Du die letzten drei Sachen nicht hast melde Dich bei mir).

## Agnes Kempf Theurillat

Ich bin 1951 geboren und seit über fünfzig Jahren ist das Fasten ein fester Bestandteil meines Lebens.

Schon früh faszinierten mich die verschiedenen Verhaltensweisen der Menschen.

Immer habe ich mich in dieser Richtung weiter gebildet.

Ich besuchte Wahrnehmungs-, Beckenboden-, Tiefenentspannungs-, Massage-Kurse

und die dreieinhalbjährige Ausbildung zur Dipl. Yogalehrerin und eidg. Dipl. Ausbilderin in der Yoga Universität in Villeret und vieles mehr.

Heute widme ich mich ganz dem Wohlergehen des Menschen.

## GESUNDHEITS-FRAGEBOGEN

Yoga und Fasten sind Methoden, die den ganzen Menschen ins Gleichgewicht bringen. Im Yoga versteht man Krankheiten als ein Ungleichgewicht im Körper, die es sanft zu harmonisieren gilt. Die Reinigung des Darms, der Leber und Galle ist eine Operation ohne Messer.

Damit ich Sie während der Fastenwoche optimal begleiten kann, bitte ich um die folgenden Angaben. Alle Angaben werden vertraulich behandelt und nicht an Drittpersonen weiter gegeben.

**Die Anmeldung ist verbindlich. Bei nicht erscheinen wird die Anzahlung nicht zurückerstattet.**

**Buchung kann nur bis 04. Sept. 2026 ohne Kosten storniert werden.**

Ich fühle mich gesund.

Sind Sie zurzeit in ärztlicher Behandlung? Haben Sie sich kürzlich einer Operation unterzogen? Wenn ja wofür?

Haben Sie aktuell gesundheitliche Beschwerden? Wenn ja, welche?

Nehmen Sie regelmässig Medikamente ein? Wenn ja, welche?

Ich habe Bluthochdruck.

Ich habe oder hatte Herzprobleme.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

(Bitte Zutreffendes ankreuzen und mit der Anmeldung zurück senden)  
Wenn Du unsicher bist zu Fasten, frage Deinen Arzt.