



FASTENLIEBE
mindful living

Haftungsausschluss

Kurs zur Erwachsenenbildung

Aktives Basenfasten für *Gesunde

Datum / Ort _____

(Fastenleiterin AGL / Sylke Weigl-Bensch)

Diese Veranstaltung ist ein Kurs unter dem Thema „Fasten für Gesunde“ nach der Basenfasten-Methode mit einer täglichen Kalorienmenge basischer Lebensmittel bis maximal ca. 1.000 kcal, also kein Fasten unter ärztlicher Leitung.

Ich bestätige hiermit, dass ich mich für gesund und fit halte sowie freiwillig und in eigener Verantwortung an diesem Kurs teilnehme.

Name (bitte in Druckbuchstaben) _____

Telefonnummer (für Rückfragen) _____

Alter _____

Fastenerfahrung ja / nein _____

Ich habe folgende Erkrankung/en _____

Bei eventuell bestehenden Erkrankungen und Einnahme von Medikamenten holen Sie sich bitte **vorher die Zustimmung Ihres behandelnden Arztes ein (ggf. ein Attest)**

Wichtige Informationen bitte ausfüllen:

Ich nehme keine Medikamente

Ich nehme folgende Medikamente _____

Ich halte mich für gesund und leistungsfähig

Ich erkläre mich hiermit bereit, den Empfehlungen der Fastenleitung zu folgen und übe Sie aus.

Ort

Datum

Unterschrift