

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 70 (2013)

**Heft:** 3: Detox-Kuren

**Rubrik:** Markt & Info

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## FRÜHJAHRSKUR

### Fastenwandern in der Schweiz

Fasten ist eine Zeit der Besinnung und der körperlich-seelischen Reinigung. Fasten ist zeitgemäß und modern. Das gemeinsame Wandern hilft, den Stoffwechsel anzu-kurbeln; Energie, die durch das Fasten freigesetzt wird, kommt in Fluss und das Wandern geht von Tag zu Tag leichter. Möchten Sie selbst erleben, welche Wohltat unsere fröhlichen Wochen mit Fasten und Wandern unter Gleichgesinnten für Körper, Geist und Seele sind? Fastenwandern ist die beste Gelegenheit, in Form zu bleiben oder wieder in Form zu kommen. Wir bieten professionelle, einfühlsame Betreuung rund um die Uhr; die Wanderungen werden den Bedürfnissen der Teilnehmer/innen angepasst.

Mehr Informationen unter: [www.fastenwandern.ch](http://www.fastenwandern.ch)  
Maya Hakios, Fastenwandern GmbH, Manzenweg 19,  
CH-8269 Fruthwilen, Tel. +41 (0)71 664 25 29  
E-Mail: [maya@fastenwandern.ch](mailto:maya@fastenwandern.ch)

## ENTSCHLACKUNG

### Energieschub für Körper und Seele



Die Monate nach dem langen Winter sind der ideale Zeitpunkt, dem hartnäckigen Winterspeck zu Leibe zu rücken. Es gilt, den Körper von Säuren, Schlacken und Schadstoffen zu befreien. Eine Entschlackung harmonisiert den Säure-Basen-Haushalt und ist ein wahrer Jungbrunnen, um mit frischer Lebensenergie in den Frühling zu starten. Dafür eignen sich die P. Jentschura-Produkte wie der pflanzenreiche «7x7 Kräu-

Auf dieser Seite kommen unsere Anzeigenkunden zu Wort. Sie sind für den Inhalt verantwortlich.

terTee», die schmackhafte Kräuter-Gewürz-Gemüse-Mischung «WurzelKraft» und das basisch-mineralische Körperflegesalz «MeineBase». Mehr Informationen finden Sie unter: [www.p-jentschura.ch](http://www.p-jentschura.ch)  
Jentschura [Schweiz] AG  
Seestrasse 62, CH-8806 Bäch SZ  
Tel. +41 (0)44 784 79 31, E-Mail: [info@p-jentschura.ch](mailto:info@p-jentschura.ch)



## FASTENKUR IM ST. OTMAR

### Fit mit Trinkfasten

Fasten entschlackt, stärkt die Abwehrkräfte und befähigt den Geist für Ihre nachhaltige Erholung. Im Kur- & Ferienhaus St. Otmar in Weggis – die Adresse für ganzheitliche Fasten-Kuren – geniessen Sie eine persönliche Betreuung und eine familiäre Atmosphäre. Attraktive Kurse und Aktivitäten wie Sport-Fasten (z.B. Kanadier fahren), Fasten-Wanderwoche, Verwöhn- oder Wohlfühlwoche, diverse Vorträge und Workshops oder auch unterstützende Leberreinigungswochen ergänzen das Angebot. Wir bieten Ihnen ein Rundum-Paket – eine persönliche und präventive (Aus-)zeit, die es in sich hat! Nur für Sie und Ihrer Gesundheit zuliebe. Unsere kompletten Angebote finden Sie auf [www.otmarsan.ch](http://www.otmarsan.ch).

Weitere Informationen bei:  
Kur- & Ferienhaus St. Otmar, Weggis  
Fam. Maya & Beat Bachmann-Krapf  
Tel. +41 (0)41 392 00 10  
E-Mail: [kurhaus@otmarsan.ch](mailto:kurhaus@otmarsan.ch).