



Sehr geehrte Damen und Herren!

Vortrag von Prof. Frank Madeo - Fortsetzung

Am 15. September 2017 hat **Univ.-Prof. Dr. Frank Madeo** im Souterrain des Cafe Prückl in Wien seinen **Vortrag** auf Einladung des **Kloster Pernegg** zum Thema „**Fasten und Autophagie**“ gehalten.

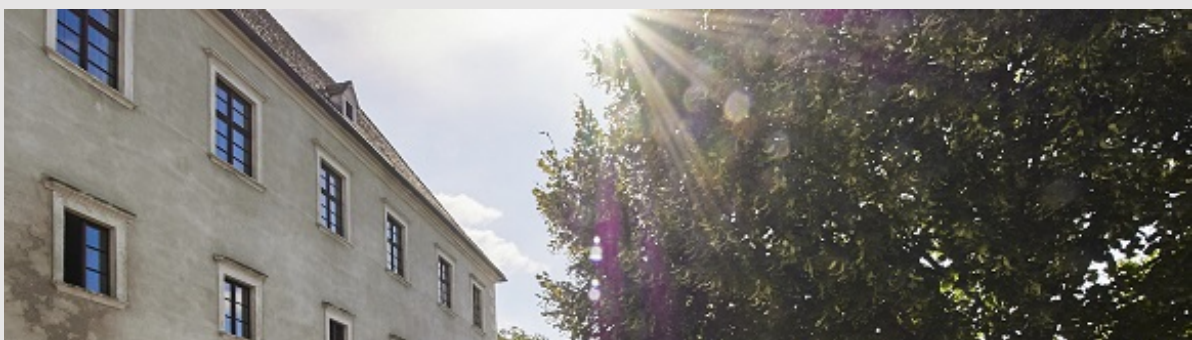
Frank Madeo beschreibt in seiner Forschung die Funktionsweise von Abbau- und Regenerationsprozessen in der Zelle und arbeitet hier vor allem an Umsetzungsstrategien. In einer groß angelegten Studie, die von **Prof. Madeo** betreut wird, weist er ausdrücklich auf die Vorzüge des Fastens hin. Fasten ist ein Auslöser der Autophagie und wirkt lebensverlängernd, verjüngend und regenerierend.



Heute präsentieren wir Ihnen Madeos Aussagen.

- Warum der BMI nichts aussagt!
- Nahrungsergänzungsmittel Ja/Nein?
- Fructose versus Glucose?

Hier geht es zum Artikel...





Fasten und Qi Gong

mit Dipl.-Ing. Alexander Steinberger

Erlebe dich selbst in Bewegung, Atmung und Ruhe! - Tue das NICHT TUN!

Fasten ist eine bewusste Hinwendung zu Körper, Seele und Geist, die durch **QIGONG** unterstützt wird. **Fasten und Qigong** sind in Zeiten großer Belastungen (Umwelt, Arbeit, Privat) gute Werkzeuge um gesund zu bleiben, die eigenen Energien zu sammeln und den Herausforderungen des Lebens gelassener zu begegnen.



QIGONG hilft, durch sanfte Bewegungen und die Fokussierung unserer Aufmerksamkeit, das eigene Wohlbefinden zu stärken, da es auf physischer und mentaler Ebene wirkt.

Termin: 02. Dezember 2017 - 09. Dezember 2017

Mehr zum Kurs erfahren Sie hier...

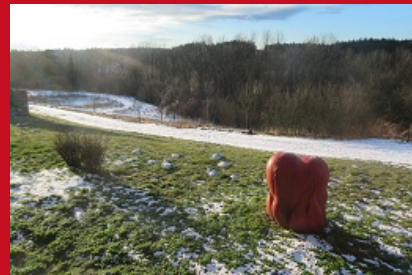
Hier finden Sie noch weitere Angebote...



Silvester im Kloster Pernegg

Lassen Sie das vergangene Jahr Revue passieren und bereiten Sie sich in Ruhe auf einen Neuanfang vor.

[mehr »](#)



Bewegtes Klosterfasten - 10 Tagesfasten nach Buchinger

Richtung Wohlfühl – sich auf den Weg machen um Neues zu entdecken

[mehr »](#)

KONTAKT

Kloster Pernegg
3753 Pernegg 1

info@klosterpernegg.at
www.klosterpernegg.at
Tel.: +43 2913 614

[Onlineansicht](#) »
[Daten ändern](#) »
[Newsletter abmelden](#) »

