

## *Fastenwandern im Wunderland Schweiz*

Patrizia Wechsler Fastenwandern GmbH Schlatterstrasse 18 A  
CH-8332 Russikon Tel. +41 43 443 14 63 Mob +41 77 474 16 52  
[patrizia@fastenwandern.ch](mailto:patrizia@fastenwandern.ch) [www.fastenwandern.ch](http://www.fastenwandern.ch)

Liebe Fastenwanderfreunde

Nach einem wiederum erfolgreichen Jahr 2015 „Fastenwandern im Wunderland Schweiz“ steht ein Generationenwechsel bevor.

Ich werde das erfolgreiche Konzept „Fastenwandern im Wunderland Schweiz“ von Maya Hakios übernehmen und weiterführen. Schon viele Male habe ich als Teilnehmerin mitgefastet und die sensationell positive Wirkung auf Körper und Geist miterlebt. Der Abstand vom Alltag schafft die nötige Ruhe und Gelassenheit sich selbst zu sein. Das Fasten und die Bewegung an der frischen Luft sorgen für Fitness und Wohlbefinden mit nachhaltigem Effekt.

Ich bin zertifizierte Fastenleiterin nach Dr. Otto Buchinger / Dr. Hellmut Lützner und Kursleiterin „Basenfasten“ nach Sabine Wacker. Ich lebe mit meinem Mann in Russikon und habe einen Sohn und eine Tochter im Alter von acht und zehn Jahren.

In Gstaad durfte ich Maya als Co-Leitung begleiten und bereits einige Erfahrungen sammeln. Maya wird mich nächstes Jahr bei der Vorbereitung und Planung unterstützen.

Elsbeth Bocker wird mich 2016 weiterhin als kompetente Wanderleiterin und einfühlsame Fussreflexzonen-Therapeutin bei den Fastenwanderwochen begleiten, was mich ausserordentlich freut.

Anbei sende ich euch das neue Programm für 2016 und freue mich sehr, euch schon bald persönlich in einer meiner Fastengruppen zu begrüßen.

Habt ihr noch Fragen? Ich bin für euch da.

Mit herzlichen Grüssen

Patrizia

