



# FASTENCHALLENGE ONLINE - OKTOBER

1. OKTOBER - 23. OKTOBER

## MIT RETREAT

23.-25. OKTOBER 2026

★★★★S  
GRADONNA  
MOUNTAIN  
RESORT  
KALS  
OSTTIROL

### FASTENCHALLENGE ONLINE

01. - 23.10.

- 4 Wochen online Detox- & Fasten- Begleitung
- Premium Supplemente-Paket
- 5 Zoom Calls mit Manuel
- Expertise von Ernährungswissenschaftlerin Mag. Stephanie Tamegger
- Zugang zur exklusiven WhatsApp Gruppe
- Bewegungs- & Ernährungs-App

€ 696,00

### FASTENCHALLENGE ONLINE 01.10.-23.10.

MIT RETREAT 23.-25.10.

- 3 Tage Bewegungs-, Wander- & Wellnessprogramm mit Eisbaden, Saunaevent, Yoga & Meditation
- Impulsvorträge & Livemusik
- 2 Nächte in einem Doppelzimmer Klassik (30m<sup>2</sup>) zur Einzelnutzung im Gradonna Mountain Resort\*\*\*\*S
- inkl. reichhaltigem Frühstücksbuffet, Nachmittags-Snack & 5-Gang-Abendmenü

IM DZ ALS EZ € 1.446,00

IM DZ P.P. € 1.350,00



#### WER ERWARTET SIE?

Ihr Trainer Manuel Patterer ist Dipl. Professional Fitness- & Health Coach wie auch im Besitz der Trainerlizenz-A in all diesen Bereichen. Manuel ist aufgrund seines beruflichen Werdegangs & seiner Leidenschaft zur glücklichen Langlebigkeit seit Jahren als Impulsgeber für die Gesundheits-Förderung zahlreicher Institutionen tätig.



## FÜHLEN SIE SICH WIE NEU GEBOREN



Mehr Infos & Anmeldung:

✉ info@patchman.at

☎ 0043-664-75012125

www.patchman.at