

# Termine 2026

## Korngut im Waldviertel

25.04. – 02.05.2026	<b>RESET-Fasten &amp; magisches Schreiben</b> mit Ana Znidar In den Flow kommen – beschwingt ins Handeln finden  Spezialangebot zum Kennenlernerntarif!
11.10. – 17.10.2026	<b>RESET-Fasten &amp; magisches Schreiben</b> mit Ana Znidar Fit & vital in die zweite Lebenshälfte  Mentoring für die Wechseljahre!



## Die Ruhe und Kraft des Waldviertels spüren

Das Korngut wurde 2024 eröffnet. Ein jahrhundertealter Getreidespeicher verleiht dem Ort seinen klingenden Namen. Mit Rooftop-Spa, modern ausgestatteten Zimmern und Seminarräumen bietet es die ideale Umgebung für einen transformativen Fastenurlaub. Infos: korngut.at

**Hier findest du mit uns fastend und schreibend in den Flow!** Mit viel Herz, fachlicher Tiefe und einer Fülle an Erfahrung begleiten wir dich zu neuer Inspiration, Lebenskraft und Gesundheit.



**Infos & Anmeldung:**  
info@fastenseminare.eu  
+43 664 135 27 47

### Das sagen Kurs-Teilnehmer:innen:

„Professionell, hält die Gruppe – bietet unglaublich viele Infos, auch für später!“

„Sehr fundiertes Wissen über Ernährung, sehr einfühlsam, für mich perfekt.“

„Liebe Aneta! Danke für die gute Begleitung, ich bin jetzt schon mehrmals bei dir gewesen beim Online-Fasten und es ist erstaunlich, wie gut das funktioniert, ich würde die Woche niemals alleine durchhalten, wenn da nicht die Gruppe wäre und wenn du nicht da wärst.“

„Es war so eine herrliche Woche und mein Körper fühlt sich so toll an! Vielen Dank – Du und Ana seid großartig!“

Infos über Ana Znidar: [anaznidar.com](http://anaznidar.com)

## Online-Fasten mit Yoga, Pilates, Meditation & Atemtraining

10.04. – 17.04.2026	<b>VITAL-Fasten &amp; Intervallfasten</b> ONLINE via Zoom
06.11. – 13.11.2026	<b>VITAL-Fasten &amp; Intervallfasten</b> ONLINE via Zoom

Alle Onlinekurse können **optional auch ohne Fasten** gebucht werden. Diese Varianten stehen dir offen:

- > Fastenbegleitung, Bewegung & Entspannung
- > Nur Yoga, Pilates und Entspannung
- > Nur Yoga und Pilates

## Seminare & Weiterbildung

02.05. – 03.05.2026 09:30 – 16:45 Uhr	<b>Darmgesundheit im Fokus: Darmbarriere &amp; Darm-Gehirn-Achse und die Rolle des Fastens</b> ONLINE via Zoom
13.06.2026 09:30 – 16:00 Uhr	<b>Fasten als Schlüssel zu Zellgesundheit &amp; Langlebigkeit</b> ONLINE via Zoom

**Mag. Aneta Pissareva**

Ärztlich zertifizierte Fastenleiterin | Lebens- u. Sozialberaterin | Klinische Ernährungsmedizin  
info@fastenseminare.eu | [www.reset-fasten.com](http://www.reset-fasten.com) | +43 664 135 27 47 | Beratungen in Krems, Wien & Online