

*Samstag, 21.09.19*

- 14.15 Prof. Dr. Matilde S. Groß - Qualität bei der Vermarktung von Fastenkursen
- 15.15 Pause
- 15.45 Prof. Bernhard Uehleke - Warum ist die Heil- erde beim Fasten sinnvoll?
- 16.45 Gesprächsrunde mit Hellmut Lützner und Claus Leitzmann, Moderation Edmund Semler
- 17.45 Ende
- 18.00 MITGLIEDERVERSAMMLUNG mit Neuwahlen
- ab 19.30 Geselliges Abendessen im Hotel (Selbstzahler)

*Sonntag, 22.09.19*

- 09.00 Bus-Ausflug nach Stapelburg – Herr Axel Jordan vom Jungborn-Verein führt durch die ehemalige Jungborn-Anlage - mit Wanderung
- 13.00 Mittags-Snack in Braunlage Fingerfood
- 14.00 Ende der Tagung

## REFERENTEN



**Andrea Ciro Chiappa**, Dipl. oec. troph., ärztl. gepr. Fastenleiter *dfa*, Erster Vorsitzender *dfa*, Dozent für Ernährung, Schifferstadt



**Prof. Dr. Matilde Groß**, Institut für Tourismus- forschung, Hochschule für angewandte Wissenschaften, Harz



**Axel Jordan**, 1. Vorsitzender Förderverein Jungborn Harz e.V., Stapelburg [www.jungborn-harz.eu](http://www.jungborn-harz.eu)



**Prof. Dr. Claus Leitzmann**, Gärtner, Biochemi- ker und Protagonist der Vollwert-Ernährung, Universität Gießen



**Dr. med. Andrea Schrickel**, Internistin, Geriaterin, Oberärztin im Fachkrankenhaus St.-Laurentius-Stift, Waltrop



**Dr. sportwiss. Markus Schwarz**, Institut für Sport- und Präventivmedizin Universität, Saarbrücken



**Dr. oec. troph. Edmund Semler**, Ernährungs- wissenschaftler und Lehrer, Vorstandsmit- glied *dfa*



**Prof. (FH) Dr. Dr. Bernhard Uehleke**, Phyto- pharmakologie an der HS für Gesundheit und Sport, Berlin



**Dr. med. Hellmut Lützner**, Fastenarzt, Diä- tetiker, Pionier des Fastens für Gesunde und Mitgründer *dfa*, Überlingen

## TAGUNGSORT

*relaxa hotel Harz-Wald*  
Karl-Röhrig-Straße 5a  
38700 Braunlage  
Telefon: +49 5520 807 0

*Übernachtung im relaxa Hotel*  
€ 89,00 / Nacht im EZ + Frühstück zum Sonderpreis:  
Stichwort „*dfa*“ (begrenzt Kontingent bis 30.07.19)

*Übernachtung im Landhaus Foresta:*  
€ 65,00 / Nacht im EZ + Frühstück  
(begrenzt Kontingent)

Weitere Unterkünfte unter:  
<https://www.braunlage.de/wohnen>

## ANERKENNUNG

Die Tagung ist für die kontinuierliche Fortbildung des *dfa*-Fastenleiterzertifikats anerkannt.

## PREISE

Tagungspreise ohne Übernachtung - inkl. Tagungs- verpflegung (Pausenkaffee mit Obst, sowie Tagungs- getränke), Abendessen am Freitag, Mittagessen am Samstag.

- *dfa*-Mitglieder 180,- € / 160,- € Frühbucher
- Nicht-Mitglieder 199,- € / 179,- € Frühbucher
- Frühbuchungen möglich bis 20.07.2019:  
es gilt das Eingangsdatum der Anmeldung

**ANMELDUNG bitte online unter:** [fastenakademie.de/dfa-tagungen/dfa-jahrestagung-im-harz-2019](http://fastenakademie.de/dfa-tagungen/dfa-jahrestagung-im-harz-2019)



# **dfa-Jahrestagung** *im Harz 2019*

**Auf den Spuren der Qualität in Fastenkursen: Warum war der Jungborn so erfolgreich?**

*20. bis 22. September 2019*



## dfa-Jahrestagung mit Neuwahlen

### Auf den Spuren der Qualität in Fastenkursen:

„Warum war der Jungborn so erfolgreich?

Über Fasten, Rohkost, Heilerde und Nackt-Wellness im Harz...“ im relexa Hotel Harzwald in Braunlage und Jungborn Siedlung in Stapelburg.

„Die Fastenden singen bald Loblieder auf diese Wunderkur, sie hören des Rühmens nicht auf, sie sind wie neugeboren und wissen meistens vor Lust und Lebensfreude nicht wohin.“

Rudolf Just (1877-1948), Leiter der Kuranstalt „Jungborn“ im Harz, einer Gesundheitsschule und Lehrstätte der Lebenskunst.

[Quelle: Just R: Das Fasten nach den Jungborn-Grundsätzen und das Morgenfasten. Jungborn-Verlag, Bad Harzburg, S. 49, 1922]



Die Kuranstalt „Jungborn“ im Harz von Adolf und Rudolf Just war in der ersten Hälfte des 20. Jh. das größte Fastenzentrum der Welt.

Mit der Maxime „Kehrt zur Natur zurück!“ trafen die beiden Brüder bereits damals den Nerv der Zeit und waren insofern Trendsetter für eine ganzheitliche natürliche Lebensweise.

So strömten tausende leidende und gesundheitsbewusste Menschen wie auch namhafte Persönlichkeiten in den Jungborn, wo bis zu 250 Kurgäste gleichzeitig untergebracht werden konnten. Viele waren bereits damals getrieben von der Sehnsucht, aus der Enge der Industriegesellschaft auszubrechen, sich der Reizüberflutung zu entziehen und von der Zerstreuung zur Individuation zu finden. Der Jungborn mit seinem umfassenden „Wellness-Konzept“, zu welchem u.a. Fasten- und Rohkostkuren wie auch äußere und innere Anwendungen von Heilerde zählten, war hierfür der ideale Ort.

Was machte diese von zwei Buchhändlern gegründete Kuranstalt und „Lehrstätte für Aktive Diätetik“ so erfolgreich, in welcher das Fasten eine zentrale Rolle spielte und in welcher die Aufgaben und Kompetenzen eines „Fastenleiters“ bereits klar definiert und vorgegeben waren? Und was kann der moderne Fastenleiter daraus lernen und gewinnbringend in seiner Fastenleiterpraxis anwenden?

Auf der Jahrestagung in Braunlage und Stapelburg werden wir uns diesen Fragen und weiteren daraus resultierenden Aspekten aus dem Blickwinkel des „Qualitätsbegriffs“ widmen. Es erwartet Sie eine an Höhepunkten reiche Tagung mit hochkarätigen Referenten und spannenden Themen.



Adolf Just, 1900 in Jungborn

## PROGRAMM

Freitag, 20.09.19

- ab 14.00 Get together, Begrüßung mit Kaffee im relexa Hotel
- 14.30 Andrea Ciro Chiappa - Eröffnung: Was heißt Qualität in Bezug auf Fastenkurse?
- 15.00 Dr. Markus Schwarz - Qualität durch Bewegung in Fastenkursen - mit zahlreichen Bewegungsimpulsen
- 17.00 Pause
- 17.30 Andrea Ciro Chiappa - Das qualitätsgesicherte dfa-Gesundheitsfastenkonzept im Einsatz
- 18.15 Tagungsende
- 19.00 Abendessen im Hotel (inkludiert)
- 20.00 Geselliger Treff an der Bar im relexa Hotel

Samstag, 21.09.19

- 09.00 Begrüßung
- 09.15 Dr. Anne Schrickel - Adolf Just - ein bedeutender Vertreter der Naturheilkunde
- 10.15 Dr. Edmund Semler - Das Fasten im Jungborn
- 10.45 Pause
- 11.15 Dr. Hellmut Lützner - „Wie neugeboren durch Fasten“ und die Idee des Fastens für Gesunde
- 11.40 Prof. Claus Leitzmann - Jungborn-Ernährung und Vollwert-Ernährung: Leit(z)linien für gesundes und zeitgemäßes Essen
- 12.45 Mittagspause mit Besuch der Heilerde-Ausstellung