

Les stages « Jeûne et randonnée »

Leur promoteur le plus ardent, sinon le plus connu, est incontestablement Gisbert Bölling, installé avec son épouse Gertrud dans la Drôme provençale. La quatrième de couverture de son livre *Le Jeûne. Cent questions-réponses sur l'autorestauration et l'alimentation juste face à la surabondance* le présente comme suit : « Linguiste, philosophe, formé à la psychothérapie et à l'éducation physique, allemand d'origine, il est aussi éleveur de chevaux et musicien de jazz. »

Gisbert et Gertrud proposent leurs sessions en France et à l'étranger quasiment toute l'année et ont accueilli depuis 1990 un nombre considérable de stagiaires qu'ils emmènent crapahuter dans les montagnes environnantes tout en les initiant au jeûne selon la méthode Büchinger.

Gertrud et Gisbert Bölling, Léoux, 26 510 Villeperdrix.

Tél. : 06 80 66 06 13

E-mail : gbolling@orange.fr

Site internet très complet, avec une bibliographie quasi exhaustive et une large revue de presse :

www.jeune-et-randonnee.com

Gisbert Bölling est aussi à l'initiative de la Fédération française jeûne et randonnée (FFJR) qu'ont rejointe une centaine de ses anciens stagiaires ou accompagnateurs, devenus à leur tour animateurs professionnels de stages « Jeûne et randonnée », dans leurs propres lieux de vie.

[RETOUR](#)