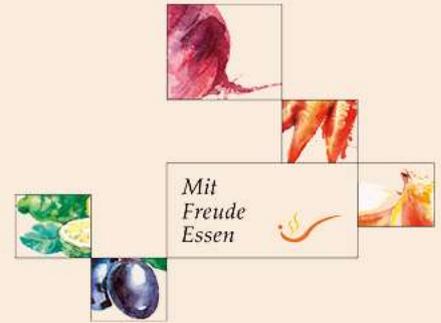


5-Elemente Kochkunst

Immunstärkung im Herbst



Oktober 2020

von 10.00 bis 18.00 Uhr im Atelier Biljana in Lauterbach, Schlierseestraße 4 oder Riedering

Die Welt der Gewürze und die Schärfe des Metalls

Lebensfreude und Phantasie aus dem Kochtopf mit der 5-Elemente Kochkunst.

Die 5-Elemente-Ernährung bringt Dich in Harmonie und hilft Dir, wieder gesund und vital zu werden.

Das Geheimnis ist einfach... koche bekömmliche Speisen und öffne all Deine Sinne...

Du erntest neue Lebensqualität und Lebensfreude.

Nun heißt es, das Immunsystem „winterfest“ machen und uns auf die kalte Jahreszeit vorbereiten! Du lernst mit welchen schmackhaften Lebensmitteln, Gewürzen und Getränken Du Dich vor Kälte schützen und wie Du Deine Abwehr stärken kannst. Die richtigen Gewürze unterstützen mit ihrer klärenden und verdauungsstärkenden Energie die Organe Lunge und Dickdarm.

Verbringe einen schönen Tag in netter Gesellschaft, entdecke die Freude am kreativen Kochen. Lasse Dich entführen in die Welt der Düfte, Farben und Gewürze...!
Bitte Hausschuhe und wer will, eine Kochschürze mitbringen.

€ 79,- + € 20,- (Lebensmittel, Getränke, Infomaterial und Rezepte)

Anmeldung per Post oder E-Mail: Judith Schinko · Irnkam 11 · 83083 Riedering

T +49 80 53 - 79 41 21 · **E** mit-freude-essen@gmx.de

Vorname / Name

Straße

PLZ / Ort

Telefon

E-Mail

Ich melde mich verbindlich zum Kurs am an.

Ich bezahle spätestens zwei Wochen vorher:

..... per Überweisung an **IBAN** DE3671150000000394734 - **BIC** BYLADEM1ROS

..... in Bar

Datum / Unterschrift