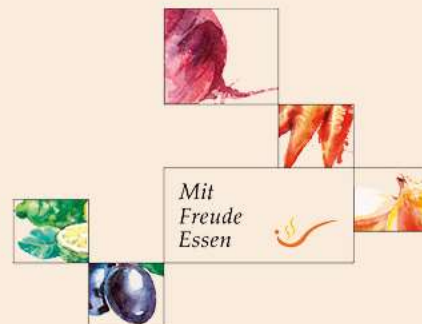


5-Elemente Kochkunst

## Vital in den Winter



**Samstag, 18. November 2017**

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

### Gut gewärmt in die kalte Jahreszeit

*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 schlank zu werden. Das Geheimnis ist einfach... koche bekömmliche Speisen und öffne all Deine Sinne...*

*Du erntest Vitalität und Lebensfreude.*

Haben Sie im Winter mehr Lust auf Rohkost oder eine Kraftsuppe? Was hilft der frisch gepresste Orangensaft mit viel Vitamin C, wenn die Nährstoffe aufgrund mangelnder Energie ungenügend aufgenommen werden? An diesem Tag lernen Sie, mit welchen schmackhaften Lebensmitteln, Gewürzen und Getränken Sie Ihre Substanzkräfte stärken, damit Sie gut gewärmt die kalte Jahreszeit genießen können. Wir bereiten ein abwechslungsreiches winterliches Menü und genießen den Duft von Bratapfel, Zimt und Nelken.

Verbringe einen schönen Tag in netter Gesellschaft, entdecke die Freude am kreativen Kochen. 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 .....