

Ayurvedischer Kochkurs - Nahrung für die Seele am Samstag, 14.11.2020



Die Straße der Gewürze verbindet nicht nur die Menschen miteinander, sondern durch den Genuss der Ayurvedischen Küche ist es uns möglich, ganz neue Gesichtspunkte in der Ernährung zu bekommen. Wohlbefinden, Harmonie und Balance für Körper, Geist und Seele - ist das was wir uns alle wünschen. In der Leichtigkeit werden wir gemeinsam ein Ayurvedisches Menü zusammenstellen, welches wir selbst frisch zubereiten. Im Anschluss daran, werden wir uns diese Speisen aus der Ayurvedischen Küche schmecken lassen.

Das Ziel des Ayurvedischen Kochkurs ist es, die Zubereitung nach den Gesichtspunkten der Ayurveda in die praktische Umsetzung zu bringen. Somit kann JEDER, die Zubereitung der Speisen auch zu Hause ausprobieren und variabel verändern. Ein Zusammenspiel zwischen fernen Kulturen, Gewürzen und Düften, Freude und Spaß sind beim Kochen inkludiert.

Ayurvedischer Kochkurs – Nahrung für die Seele am 14.11.2020

Zeit: 10.00 Uhr – 13.00 Uhr

Ort: Alberttreff – Soziokulturelles Zentrum
Am Marstall 1, 01558 Großenhain

Preis: 90,00 € p.P.

Anmeldungen und Info's unter der Rufnummer: 0160 – 226 1077

Praxis HerzBalance

Ayurveda, Massagen & Yoga

Veronika Broszinski

www.herz-balance.com

oder direkt im Alberttreff - Soziokulturelles Zentrum –Tel.: 03522 - 502569