

Köstliches Kochen

Ayurvedisch-vegetarischer Kochkurs

Nahrung ist die Basis unseren Lebens. Wenn diese Nahrung auch noch verführerisch duftet, köstlich schmeckt und das Auge erfreut, sind wir gleichzeitig nahe am Himmel. Gemeinsam kochen wir ein vegetarisches, herbstliches und gut bekömmliches Mittags-Menü. Dabei lernen wir die Grundlagen ayurvedischer Ernährung kennen und tauchen ein in die reiche Welt der Gewürze.

**Kochkurs : Samstag, 21. November 2015,
10.30 Uhr – 13.30 Uhr**

Kosten: 48,00 Euro (inklusive aller Lebensmittel)

**Ort: Susanne Heider
Obere Seelach 3 B
90562 Heroldsberg**

21.
November
2015

Für mehr Information:

Susanne Heider

Ayurveda-Ernährungsberaterin
Ayurveda-Massage-Therapeutin,
Körpertherapeutin, Meditationslehrerin

Tel.: **0911 – 55 73 19**
www.ayurveda-s-heider.de



✂ Anmeldung bitte an: Susanne Heider, Obere Seelach 3B, 90562 Heroldsberg

Ich,, nehme teil am
Ayurvedischen Kochkurs, 21. November 2015, von 10.30 Uhr bis 13.30 Uhr,
unter Leitung von Susanne Heider.

Diese Anmeldung ist verbindlich. Die Zahlung von 48 Euro erfolgt bar bei
Kursbeginn oder per Überweisung auf folgendes Konto: Susanne Heider,
IBAN: DE82 7635 0000 0016 1489 25, Verwendungszweck: Kochkurs

.....
Ort/Datum

.....
Unterschrift

.....
Telefonnummer