



Herzliche Einladung

zum Kochkurs

„ĀYURVEDISCHE KÜCHE“

Datum:	Donnerstag, 14.03.24 Freitag, 22.03.24 Donnerstag, 28.03.24	
Ort:	Lehrküche	
Uhrzeit:	14.30 – 18.00 Uhr	
Leitung:	Dipl. Soz. Päd. Constanze Krüger	
Anmeldung:	Therapieplanung oder Rezeption	
Kosten:	75 € pro Person (Abrechnung per Endabrechnung oder an der Rezeption)	

KURZBESCHREIBUNG:

Āyurveda lehrt, dass wir im Wandel der Jahreszeiten stets anderer Methoden zur Gesunderhaltung bedürfen. Wie kann das gehen? Genau dies ist der Inhalt unseres Āyurveda-Kochkurses! Denn āyurvedisch kochen kann ganz einfach sein. Wir kochen mit Liebe und Kreativität gesunde und sensationell leckere Āyurveda-Gerichte, die für alle drei Dosha geeignet sind. Dass dabei auf regionale Zutaten und saisonale Rezepte geachtet wird, ist nur ein Aspekt des großen Repertoires der Āyurveda-Kochkunst. Wie nebenbei lernen Sie, wie Sie sich dank āyurvedischer Prinzipien, gesünder und glücklicher fühlen können. Wir beschließen den Kochkurs mit dem gemeinsamen Genießen unseres Āyurveda-Menüs.

*Bei freien Plätzen sind Patient*innen der Habichtswald-Klinik ebenfalls herzlich willkommen.*



Ayurveda-Klinik