



Harmonie těla, mysli a duše

Wellness vegetariánské vaření Pod vedením Ing. Elišky Škvařilové

víkendový
seminář
1. - 3. 6.

Místo konání

Maháprabhudíp ášram
Zámecká 202, 76804 Střílky



Chcete se naučit vařit chutně a přitom zdravě?

Potom je tento kurz určený přímo pro Vás!



Cíl Kurzu

Nalezení vlastní cesty ke zdraví a kvalitě života.

Dát orientaci v kvalitě potravin.

Dozvědět se o základech vaření a koření jídel z ovoce, zeleniny, luštěnin, obilovin a texturátů (tofu, Klaso, Ceria, apod),

Pečení chleba z kvásku.



Proč jet na kurz

Chci jídlo, které podpoří mé zdraví!

Chci odstranit únavu a zvýšit svoji výkonnost!

Chci mít jasno v protichůdných názorech na výživu!

Chci znát svoji ideální stravu.

Chci ochutnat pokrmy, které budou zdravé a chutné!

Chci vědět proč mně chutná nezdravé jídlo? Jak to udělat, aby mně chutnalo to zdravé?

Cena za kurz: 3200 Kč (při platbě do 20. 5.) 3400 Kč (při platbě od 21. 5.)
Storno: do 20. 5. 2018 100% ceny, od 21. 5. 2018 pouze částka za stravu a ubytování

Dotazy k programu volejte na 774 528 391

Kontakt: Zámecká 202, 76804 Střílky, Telefon: 573 375 113, e-mail: programy@yoga.cz
Podrobné informace najdete na joga.cz/stirilky