



Harmonie těla, mysli a duše

Wellness vegetariánské vaření Pod vedením Ing. Elišky Škvařilové

víkendový
seminář
28. - 30. 9.

Místo konání

Maháprabhudíp ášram
Zámecká 202, 76804 Střilky



**Chcete se naučit vařit chutně a zdravě?
Potom je tento kurz určený přímo pro Vás!**

Lektoři

Manželé Jaroslav a Eliška Škvařilovi

Cíl Kurzu

Nalezení vlastní cesty ke zdraví a kvalitě života.

Dát orientaci v kvalitě potravin.

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

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: 3120 Kč (při platbě do 21. 9.) 3320 Kč (při platbě od 22. 9.)
Storno: do 21. 9. 2018 vracíme 100% ceny, od 22. 9. 2018 pouze částka za stravu a ubytování

Dotazy k programu volejte na 774 528 391

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