

GESUND LEBEN IST EINE ENTSCHEIDUNG, DIE IM KOPF BEGINNT

Wir laden dich zu 3 Koch- und Infoworkshops ein, welche dich bei deinen gesundheitlichen Zielen in diesem Jahr unterstützen und dir einen Mehrwert für deinen Alltag und auch für dein Familienleben bringen.

Nach einem Infoteil werden wir gemeinsam verschiedene Speisen zum jeweiligen Thema kochen und dann natürlich auch gemeinsam genießen. Währenddessen gibt es dann noch einen zweiten Infoteil rund um das Thema
Omega 3.

Sei bei allen 3 Terminen dabei oder auch nur bei einem davon.

Wir freuen uns auf dich!

Silvia und Sonja





GESUND LEBEN **IST EINE ENTSCHEIDUNG, DIE IM KOPF BEGINNT**

Donnerstag 27.02.25

“Antientzündliche Ernährung für deine
Gesundheit”

Donnerstag 27.03.25

“Detoxen - so geht es richtig!”

Donnerstag 17.04.25

“Darmgesundheit für deine Bikinifigur”

WO: Küchenstudio Tschallener,
Ried i.O. 145

WANN: 19:00 - 21:30 Uhr

KOSTEN: € 35,- pro Abend oder bei
Buchung aller 3 Termine € 30,- pro Abend

ANMELDUNG UNTER:
sonaturallyou@gmx.at