

Der nährende Herbst TEM-Kochworkshop

Freitag, 25. Sep 2020, 16:30 - 20:00 Uhr

Zu keiner Jahreszeit ist die Nährstoffdichte so hoch wie im Herbst. Das ist gerade heuer besonders wichtig, damit wir fit und gesund über den Winter kommen.

Neben dem großen Angebot aus dem Garten möchte ich bei diesem Workshop noch genauer auf einen geordneten Lebensrhythmus eingehen. Ich zeige euch dabei wie man gut in den Tag startet, was zu Mittag auf den Tisch kommen sollte und wie wir den Tag richtig beenden. Ihr werdet erfahren wie herrlich diese Jahreszeit schmeckt und ihr statt leerer Kalorie mit wichtigen Nährstoffen versorgt werdet.

Wie immer sind im Preis die hochwertigen Lebensmittel und das handgebundene Handout inkludiert.

Ich freue mich auf euch!



Elisabeth
Kainz-Eisenberger

Anmeldung: (bis 23.09.2020)

Elisabeth Kainz-Eisenberger
elisabeth@eisenberger.at
0664 / 73 03 2446
www.eisenbergerhof.at

Preis:

€ 49,-
€ 45,- für LeNa Mitglieder

Eisenbergerhof

Begegnung & Gesundheit
Eisenbergerweg 45, 8045 Weinitzen