



land leben!

Landidyll
HOTELS & RESTAURANTS

Verschenken, Beschenken oder sich etwas Besonderes gönnen

Ayurveda Kochseminar*
Ayurveda Massageseminar**
Veganes Kochseminar***

„Ayur“ - Leben // „veda“ - Wissen

In der ayurvedischen Lehre finden wir ein System, welches uns zu unserer Natur zurückführt und damit unsere körperlichen, wie auch seelisch-geistigen Kräfte aktiviert und in harmonischer Einheit wirken lässt.

19.02.2016 bis 21.02.2016 · Preis: € 260,00 pro Person*

26.02.2016 bis 28.02.2016 · Preis: € 290,00 pro Person**

1. Tag 17:00 bis 21:00 Uhr · 2. Tag 9:30 bis 19:00 Uhr · 3. Tag 09:30 bis 16:30 Uhr inklusive aller Mahlzeiten

24.02.2016 bis 25.02.2016 · Preis: € 250,00 pro Person***

1. Tag 9:30 bis 19:00 Uhr · 2. Tag 09:30 bis 19:00 Uhr inklusive aller Mahlzeiten

Auf der Rückseite bekommen Sie einen Überblick über die Inhalte.

Möchten Sie mehr Informationen erhalten sie diese per Mail.





land leben!

Landidyll
HOTELS & RESTAURANTS

Ihr Seminarleiter Udo Schneider, Küchenmeister, Diätkoch, Ayurvedakoch und Spezialist für die Vegane und vegetarische Küche. Ayurvedamasseur, ausgebildet an der Europäischen Akademie für Ayurveda, an der er als Referent tätig ist.

Ayurveda Kochseminar* 2,5 Tage

Sie erlernen die Kunst ihre täglichen Speisen auf Jahreszeiten und Ihren Körper abzustimmen. Die harmonische Zubereitung und das Würzen schenkt direkte Lebensenergie für Körper, Geist und Seele.

Der Kurs ist begrenzt auf 12 Teilnehmer. Melden Sie sich rechtzeitig an!

Ayurveda Massageseminar 2,5 Tage**

Abhyanga, Mukabhyanga, Padabhyanga sind Fremdwörter? In diesem Seminar vermitteln wir ihnen die Grundlagen der Ayurveda Massage. Die Anwendung von Ölen, Techniken, sowie theoretische Kenntnisse werden erlernt und praktisch umgesetzt.

Der Kurs ist begrenzt auf 6 Teilnehmer. Melden Sie sich rechtzeitig an!

Veganes Kochseminar* 2 Tage**

Vegane Küche ist mehr als vegetarisch ohne Ei! Sie lernen fleischlos, pflanzlich und dennoch vollwertig, ausgewogen und doch lecker, gesund und regional zu kochen.

Der Kurs ist begrenzt auf 12 Teilnehmer. Melden Sie sich rechtzeitig an!

Wir bitten um eine Anzahlung von € 50,00 je Teilnehmer bei Festbuchung
Sparkasse Prignitz IBAN: DE 35 1605 0101 1010 0010 74 BIC: WELADED1PRP



Annett Senst und Dirk Wolters GBR · Am Elbdeich 25 · 19309 Lenzerwische OT Unbesandten
Telefon +49 (0) 38758 3 57 80 · info@alter-hof-am-elbdeich.de · www.alter-hof-am-elbdeich.de