

Ayurvedisches Fasten – Vortrag



Gesundheit ist aus der Sicht nach Ayurveda ein Zustand voller Vitalität, Widerstandskraft und Lebensfreude. Ursächlich hierfür ist die innere Balance des Körpers mit einer guten Stoffwechselfunktion.

Das ayurvedische Teilfasten mit Mungbohnen ist ein schonendes und trotzdem tiefgreifendes Reinigungskonzept, welches den Körper wieder ins Gleichgewicht bringt und das Verdauungsfeuer anregt und stärkt. Der Organismus wird in die Lage versetzt, sich von krankmachenden Verdauungsrückständen zu befreien, gute Gewebe aufzubauen und nebenbei ein paar Pfunde zu verlieren. Dieser Vortrag dient als Vorabinformation zum gleichnamigen Kurs.

Anmeldenummer 30701.nh

Ernährung

**Dienstag,
03.03.2015,
19:00 Uhr**

**Festhalle,
Übungsraum,
1. Stock**

EUR 6,00



Info und Anmeldung

VHS Unterland in Nordheim
Elke Hettler
Telefon: 07133 2039314
Telefax: 07133 182118
nordheim@vhs-unterland.de
www.vhs-unterland.de

Ayurvedisches Fasten – Vortrag



Gesundheit ist aus der Sicht nach Ayurveda ein Zustand voller Vitalität, Widerstandskraft und Lebensfreude. Ursächlich hierfür ist die innere Balance des Körpers mit einer guten Stoffwechselfunktion.

Das ayurvedische Teilfasten mit Mungbohnen ist ein schonendes und trotzdem tiefgreifendes Reinigungskonzept, welches den Körper wieder ins Gleichgewicht bringt und das Verdauungsfeuer anregt und stärkt. Der Organismus wird in die Lage versetzt, sich von krankmachenden Verdauungsrückständen zu befreien, gute Gewebe aufzubauen und nebenbei ein paar Pfunde zu verlieren. Dieser Vortrag dient als Vorabinformation zum gleichnamigen Kurs.

Anmeldenummer 30701.nh

Ernährung

**Dienstag,
03.03.2015,
19:00 Uhr**

**Festhalle,
Übungsraum,
1. Stock**

EUR 6,00



Info und Anmeldung

VHS Unterland in Nordheim

Elke Hettler

Telefon: 07133 2039314

Telefax: 07133 182118

nordheim@vhs-unterland.de

www.vhs-unterland.de