GESUND KOCHEN
TROTZ ALLTAGSSTRESS

In diesem Mitmachkurs erlernen Sie, wie eine ausgewogene Ernährung auch im stressigen Alltag möglich ist. Begleitet durch Profi-Tipps zu Lebensmitteln und Inhaltsstoffen, bereiten wir verschiedene Gerichte zu, die mit geringem Zeitaufwand das Beste für Ihre Gesundheit herausholen.

Der Kurs enthält:

| Sämtliche Kochzutaten und Utensilien | Inklusive Getränke | Leihschürze

Am Montag den **27.04** um **18.30 Uhr**

74,50 € p.P. (Dauer ca. 3 Stunden)
Anmeldung bis zum **20.04**

Kursleitung:

JULIA JANKE
Köchin | Ernährungsberaterin

Viktoriastraße 1-5
05731/1548421
32545 Bad Oeynhausen
www.spree-engel.de
www.küchenimpuls.de

SPREE ENGEL

KÜCHENIMPULS