

# Vegane Festtagsküche

## Veganes Wochenende in der Villa Viriditas 24. bis 26. November 2017



Wir kochen am Samstag gemeinsam leckere Gerichte für die Festtage, die uns die Weihnachtsgänse und Wildschweinnackten aus unserer Kindheit vergessen lassen. Sonntags werden wir weihnachtliche Süßigkeiten herstellen. Dazu gibt es wie immer entspannendes und anregendes Yoga und eine winterliche Wanderung.

 <b>Fr</b> 24.11.17	ab 15:00	Anreise
	18:00	Abendessen
 <b>Sa</b> 25.11.17	8:30	Yogastunde
	10:00	Frühstücksbuffet
	11:00	Waldwanderung
	14:00	Mittagessen
	16:00	Kochkurs – vegane Festtagsküche
	19:00	Abendessen
 <b>So</b> 26.11.17	9:00	Yoga mit Clemens
	10:30	Frühstücksbuffet
	12 – 15:00	Kochkurs – Adventsbäckerei

**Anreise:** Seminarhaus Villa Viriditas  
www.villa-viriditas.de  
Unter den Birken 14  
38875 Elbingerode (Harz)



**Kosten:** 250,- € pro Person  
inclusive sind Übernachtung im Doppelzimmer, 2 Yogastunden, eine geführte Wanderung, Kochkurse, Vollpension und ein Skript mit allen Rezepten und den Grundlagen veganer Ernährung

Anmeldung und Fragen bitte telefonisch oder per Mail an Bettina



Praxis für Naturheilkunde · Bettina Köppen Heilpraktikerin · Raabestraße 13 · D - 10405 Berlin

Telefon: +49 30 28701391 · [bettina.koepfen@gmx.net](mailto:bettina.koepfen@gmx.net) · [naturheilpraxis-koepfen.de](http://naturheilpraxis-koepfen.de)

Steuernummer: 34/390/54227 · Bankverbindung: Berliner Sparkasse · IBAN: DE56 1005 0000 0054 0130 11 · BIC: BELADEBEXX