

Veganes Wochenende in der Villa Viriditas 2. bis 4. Dezember 2016

Raus aus dem Hamsterrad und rein in den schönen winterlichen Harz und ein Wochenende mit Yoga, Wandern und gemeinsamem Kochen und Essen von feinsten veganen Speisen verbringen? Ja? Dann kommt in die Villa Viriditas.



Fr 02.12.16	15:00	süßer vedisch veganer Imbiss und Tee
		Vorstellung des Programms – Bettina
	16:00	Yoga mit Clemens
Sa 03.12.16	18:00	vedisch veganes Abendessen
	7:00	Yoga mit Clemens
	9:00	veganes Frühstücksbuffett
	11:00	winterliche Wanderung mit Clemens
	15:00	Grundlagen veganer Ernährung mit Bettina
	16:00	Kochkurs – wir kochen Dal mit Bettina
	19:00	Abendessen: vegane Thali
So 04.12.16	7:00	Yoga mit Clemens
	9:00	Yogifrühstück
	11-15:00	Kochkurs – Frühstück, und der Tag kann kommen

Anreise:

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



Kosten:

300,- € pro Person

inclusive sind Übernachtung im Doppelzimmer, ein Shuttle zum Bahnhof Wernigerode am Sonntag, tägliche Yogastunde, eine geführte Wanderung, Kochkurse, Vollpension und ein Skript mit allen Rezepten und den Grundlagen veganer Ernährung
Den Seminarbeitrag bitte bis zwei Wochen vorher überweisen.

Anmeldung und Fragen bitte telefonisch oder per Mail an Bettina



Praxis für Naturheilkunde · Bettina Köppen Heilpraktikerin · Kopenhagener Straße 15 · D - 10437 Berlin

Telefon: +49 30 81885806 · info@naturheilpraxis-koepen.de · www.naturheilpraxis-koepen.de

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