

erfrischendes aus der Sommer-Ayurveda-Küche in Cham 5.Juli 18h - 21.30h



Im Sommer, der Pitta-Zeit, verlangt unser Körper nach leicht bekömmlichen und kühlenden Getränken, Lebensmitteln und Speisen, um die Hitze in uns auszugleichen.

Gemeinsam bereiten wir ein erfrischendes Ayurveda Sommermenu zu;
z.B. Lassi, Chutney, Dip und leichte Gerichte die das nächste Sommerfest bereichern.

Luzernerstr. 48 in 6330 Cham
Zeit: 5. Juli 18h - 21h
Ausgleich: fr. 125.00 incl. Rezepte



wir freuen uns auf ein genussvolles
Beisammensein

Anmeldung Trudi Bühler
079 410 23 26
www.ayurveda-erleben.ch