

5. Ayurveda

"Kennlern"-Party

VORTRAG

RUND UM DAS FASTEN UND SEINE ERFOLGSGESCHICHTE

Ayurveda ist eine 5000 Jahre alte Gesundheitslehre und zeigt uns Wege für ein gesundes und langes Leben. Fasten, als Teil des Ayurveda, ist die beste Gesundheitsfürsorge, die wir uns geben können.

Sie haben bestimmt schon mal vom Fasten gehört?! Wissen aber nicht, ob Fasten für Sie das Richtige wäre? Zahlreiche Mythen und Meinungen gibt es zum Fasten, damit räumen wir auf. Finden Sie Ihre Antworten an diesem Abend und erfahren Sie, was Fasten so wertvoll macht.

Als Kostprobe gibt es eine leckere Fastenspeise und ich erzähle Ihnen, warum das sanfte Ayurveda-Fasten für jeden ein Gewinn sein kann. Sie genießen und lauschen einfach wieder. Seien Sie herzlich willkommen!



FREITAG, 1.03.2024 18-21 UHR

**IM CAFE GASTHOF HAUG,
DORFSTRASSE 1, 14793 ROTTSTOCK**

KOSTEN: 50,- EURO/GAST

KONTAKT & ANMELDUNG

**BIRGIT LARISCH, AYURVEDA-THERAPEUTIN
017646143251,
AYURVEDA-IN-BERLIN.COM**

**ODER DIREKT IM CAFE BEI ANDREA, UNTER
033847 40331**

Rufen Sie jetzt an. Wir freuen uns auf Sie!

