

**5 Elemente-Erlebnis-Kochen –
Intensiv-Kochkurs mit Jörg Krebber am Hochpillberg (1336m hoch)**

FR 31. Mai 2019 ab 15:00 bis SA 01. Juni 2019 um 19:00



Kochkurs: „Genuss ohne Reue“

Jörg Krebber zeigt, wie Nahrung zur Verbesserung der Gesundheit genutzt werden kann. Er und sein Team bekochen die Teilnehmer von früh bis spät mit Suppe, Aufstrich, Hauptgerichten, Desserts usw..... Dazwischen gibt es auch immer wieder Theorie-Input, sodass die 1 1/2 Tage sehr abwechslungsreich werden.

**Intensiv Kochkurs – Freitag – Später Nachmittag Vortrag und tolles Abendessen mit
Weindegustation in Kooperation mit Mario – Samstag Intensiver Kochkurs von
Frühstück über Mittag bis zum Abendessen**

Worauf muss man bei der Zusammensetzung und Zubereitung von Lebensmitteln achten, um den Säure-Basen-Haushalt des Körpers in Balance zu bringen? Im Theorieteil wird das Yin und Yang der Lebensmittel sowie der unmittelbare Zusammenhang mit Beschwerden wie Frieren, Müdigkeit, Unverträglichkeiten, Völlegefühl, Darmproblemen, Übergewicht, Allergien etc. erläutert. Sie bekommen eine Einführung in die 5 Elemente und lernen die Gewürzwelt kennen.

Dann wird das Gelernte in die Tat umgesetzt – wohlgemerkt, denn der Genuss steht bei dieser Ernährungslehre im Vordergrund.

Ansprechpartner:

Jörg Krebber:

Telefon: +49 (0) 171 208 23 24 email: info@nahrungistmedizin.de (für Fragen zum Seminar)

Preis: € 370.- p. P. incl. Mahlzeiten, Weinbegleitung am ersten Abend, exklusiv
Übernachtung



Seminarort: Biohotel Grafenast

Pillbergstraße 205

6136 Pill / Tirol

Österreich

Telefon: +43 (0) 5242 63209

sehnsucht@grafenast.at

www.grafenast.at

Beginn: Freitag 15 Uhr

Ende: Samstag 19 Uhr

Für die Buchung der **Übernachtung bitte direkt im Hotel Grafenast anrufen** oder Email schreiben:

Tel.: +43 5242 63209

E-Mail: sehnsucht@grafenast.at

Übernachtungen: 49 Euro Doppelzimmer, 79 Euro Einzelzimmer
exklusive Ortstaxe (0,90 € pro Tag und Person)

Überweisung des Seminarpreises bitte auf folgendes Konto:

Konto lautend auf: Jörg Krebber

BIC: GENODEF1MOO

IBAN: DE86 7016 9460 0000 1476 80

Betreff: Kochkurs [SEMINARDATUM] [SEMINARORT]

Bank Raiffeisenbank Westkreis Fürstenfeldbruck (PLZ: 82299)

Ort: TÜRKENFELD

Wir freuen uns auf eine lehrreiche gemeinsame Zeit!

Jörg Krebber & Team