



## Einfach gesund kochen –

## Ernährung nach den fünf Elementen

An diesem Abend werden uns **Bettina Endl (5EE-Spezialistin)** gemeinsam mit **den 2 Köchen Gerhard Flir und Herbert Fournier** in die Welt der TCM entführen.

Dabei werden wir Grundsätzliches über TCM und die Philosophie der Ernährung nach den fünf Elementen ( Holz – Feuer – Erde – Metall – Wasser ) erfahren und dies im Anschluss sofort in die Praxis umsetzen.

Das Menü ist einfach (und) gut.  
Die Methode dieser Ernährung ist für jeden erlernbar.

**FREITAG, 03. April 2009, 19.00 Uhr**

Anmeldung unter der Telefonnummer 05262/62484



**stockmeyer**

Unterangerweg 1, 6410 telfs