

Ayurvedische Ernährung

Über Ayurveda wird viel gesprochen. Zu dieser traditionellen indischen Heilkunst gehört auch ein ganz spezielles Ernährungsprogramm. Doch was ist ayurvedische Ernährung? Die Volkshochschule in Freiberg kann helfen.

In drei Veranstaltungen, jeweils freitags in der Zeit von 17.30 Uhr bis 20.30 Uhr, werden unter dem Titel „Die köstliche Küche des Ayurveda“ einige Geheimnisse gelüftet.

Los geht es am 12. November 2010 im Berufsschulzentrum, Turnerstraße 5, in Freiberg. Interessenten können sich anmelden im Sekretariat der Volkshochschule in Freiberg in der Burgstraße 19, per Telefon unter 03731 1613060, online auf unserer WebSite, oder per E-Mail unter vhs@vhs-mittelsachsen.de.

03.11.2010