



**„Kein Genuß ist vorübergehend,  
denn der Eindruck, den er hinterlässt ist bleibend.“**

– Goethe –

## **Ayurvedisch Kochen (Anna Yoga)**

Die ayurvedische Kochkunst, wie sie von Dr. Shri Balaji També und seiner Frau Dr. Smt. Veena També gelebt und gelehrt wird, ist einzigartig. Aus ihrem unerschöpflichen Wissen um die Natur der Dinge und dem tiefen und lebendigen Verständnis der natürlichen Zusammenhänge entstanden köstliche, leicht verdauliche Gerichte, die einfach im Alltag anzuwenden sind. Leib und Seele werden natürlich genährt und verwöhnt.

In den Kochkursen werden ganz praktisch und anschaulich die Prinzipien und Techniken des ayurvedischen Kochens vermittelt. Zuvor wird im Eingangsgespräch auf Besonderheiten der ayurvedischen Küche eingegangen.

- Termin:**        **Samstag 19.01.2019**  
                     **Samstag 25.05.2019**  
                     **Samstag 19.10.2019**
- Uhrzeit:**        jeweils 10.30 Uhr - 15.30 Uhr
- Kosten:**         jeweils Euro 70,-- inkl. Rezepte
- Thema:**          Jahreszeitlich abgestimmte Menues.
- Ort:**              wird noch bekannt gegeben.



yogakonstanz | Angelika Seltz  
Obere Laube 61 | 78462 Konstanz | Telefon +49(0)7531 / 97 96 36  
info@yogakonstanz.de | www.yogakonstanz.de  
**LEBEN IN EINKLANG MIT YOGA, AYURVEDA, MEDITATION**

