

«Koch dich gesund»

Donnerstag, 21. März 2024



Liebe Clubmitglieder

Koch dich gesund -eine kurzweilige und lehrreiche Koch-Runde mit Radha Binder.

Sie demonstriert anschaulich wie wir mit wenigen, aber den richtigen pflanzlichen Proteinquellen unsere «Küche» bereichern können. Auf einfache Weise können wir so unserer Gesundheit und unserem Wohlbefinden viel Gutes tun.

Wo: Hotel Castello Seeschloss, Via Circonvallazione 26, Ascona

Zeit: 16:00 Uhr

Kosten: CHF 20.00 Mitglieder und CHF 25.00 Nichtmitglieder/Gäste
(Inkasso vor Ort)

Anmeldung: bis spätestens 14. März 2024

Anmeldung an Roswitha Hechler

Via Migliome 13, 6616 Losone, roswitha.hechler@bluewin.ch, +41 79 340 51 45

Name, Vorname: _____

Name, Vorname: _____