

Pro všechny příznivce zdravého vaření jsme opět připravili
makrobiotický pobytový kurz na téma

Vaříme podle pěti elementů I.

v termínu od **19. – 25. května 2019**

ve **Wonder Full Life Centru, Horní 57, Teplice nad Metují**

více na <http://www.wonder-full-life.cz/cs/>

velice pěkné místo v nedotčené přírodě, možnost vycházek po lese i jízdy na kole



Program: Ranní a odpolední cvičení, praktické i ukázkové vaření z bio surovin pro elementy dřeva, ohně, země, kovu a vody. Ukázky vaření podle data narození. Správná příprava, obilovin, luštěnin a zeleniny. Příprava dezertů bez použití mléka, vajec, cukru a kvasnic. Léčení nemocí přirozenou stravou. Zajímavé informace z praxe, které v knihách nenajdete. Možnost objednat si masáž shiatsu, možnost objednání osobní konzultace u Boba Carra

Začátek kurzu: v neděli večer v 18.00 hod

Konec kurzu: v sobotu v 9.00 snídaní

Celková cena kurzu: (ubytování, mb strava, včetně dezertu a nápojů, kurzovné):

ubytování na pokoji 10.700,-

ubytování v tělocvičně ve vlastním spacáku, (karimatky jsou k zapůjčení na místě) 9.800,-

cena pro děti: děti do 3 let - bez nároku na lůžko 1.200,- (strava)

děti od 3 do 10 let 3.980,- (ubytování + strava)

děti nad 10 let 5.300,- (ubytování + strava)

Lektorka kurzu: Ing. Dagmar Lužná

- akreditovaná poradkyně pro makrobiotickou výživu a zdravý životní styl
- autorka knih Makrobiotické nedělní vaření a Vaříme pro děti podle MB zásad s DVD, spoluautorka knih Makrobiotický léčebný talíř aneb Nemoc není nepřítel I. a II. a spoluautorka nové knihy Makrobiotické dobroty babiček Dáši a Světlany

Přihlášky: je nutné:

1. informovat se o volných místech a nahlásit se (telefonicky nebo e-mailem)

mobil 602 545 523, e-mail: luzna@studio-luna.cz, (nahlásit jméno, počet osob, telefon, adresu nebo e-mail pro zaslání zvacího dopisu).

2. zaplatit nevratnou zálohu 2.500,-/osobu do 25.4.2019 na účet GE MONEY BANK 164239763/0600

VS: 192552019 nebo pro zahraniční platby 100 euro/osobu na účet FIO BANKA 2000673212/2010 VS: 192552019 (IBAN a SWIFT pošleme na vyžádání) do zprávy příjemce uveďte vždy jméno plátce

Akceptace přihlášky je podmíněna uhrazením zálohy za pobyt!

Případné podrobnější informace Lužná Dagmar-602 545 523,

e-mail: luzna@studio-luna.cz, www.studio-luna.cz

Po uhrazení zálohy na účet a přihlášení Vám zašleme zvací dopis s podrobnými informacemi.
Těšíme se na Vás!