

WINTERWELLNESS VON INNEN - mit TCM energiegeladen durch die kalte Jahreszeit

Lerne die sanften Wintergeheimnisse der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) kennen: Ernährung, Kräuter und kleine Alltagsrituale, die Körper und Seele stärken.

Lass dich inspirieren von wärmenden Ernährungstipps, einfachen Übungen und alten Heilgeheimnissen – für einen Winter voller Wohlgefühl und innerer Stärke.



Donnerstag 27.11.25

19:30 Uhr

Dauer ca. 1,5h



Vereinehaus Andelsbuch



Anna Feurstein, DGKP
Ernährungstrainerin nach TCM



Mitglieder € 2,00

Nichtmitglieder € 5,00



Ganz ohne
Vorkenntnisse.
Bring einfach Neugier
und Lust auf wohltuende
Tipps mit.