



Einfach Voll Aktiv

energiereich ★ vielfältig ★ ausgewogen



SEMINARE | WORKSHOPS | VORTRÄGE

voraussichtliche Themen & Termine Frühjahr/2024
in Evas Seminarzentrum | Steinfeld 6 | 2565 Alland

19.01.2024 17:00 Uhr	KOCH-WORKSHOP ‚FITKÜCHE–low carb, aber xund‘ Wie kann ich meine Ernährung nachhaltig umstellen. Wie sinnvoll ist eine low-carb Ernährung.	€ 59,-/Person Partnerpreis €110
-------------------------	---	------------------------------------

26.01.2024 17:00 Uhr	WORKSHOP & VORTRAG ‚WECHSELJAHRE‘ Wie mich Frauenkräuter, Ernährung und Lebensstil in den Wechseljahren unterstützen können.	€ 35,-/Person
-------------------------	--	---------------

16.02.2024 17:00 Uhr	KOCH-WORKSHOP ‚FERMENTIEREN‘ Lerne die Hintergründe und Anwendung zum Haltbar- machen durch Fermentation und verkoste verschiedene Produkte, die wir gemeinsam zubereiten.	€ 59,-/Person Partnerpreis €110
-------------------------	---	------------------------------------

23.02.2024 17:00 Uhr	BROTBACK-WORKSHOP mit Backprofil Christian Mikula Zusatz: Ich werde Sauerteig ansetzen, viele praktische Tipps erfahren und verschiedene Brotsorten gemeinsam backen.	€ 69,-/Person Partnerpreis €130
-------------------------	--	------------------------------------

06.03.2024 18:00 Uhr	WORKSHOP & VORTRAG ‚WECHSELJAHRE‘ Wie mich Frauenkräuter, Ernährung und Lebensstil in den Wechseljahren unterstützen können.	€ 35,-/Person
-------------------------	--	---------------

15.03.2024 17:00 Uhr	KOCH-WORKSHOP ‚SPROSSEN & KEIMLINGE‘ Mit diesen Superfoods sind wir auch im Winter und Frühjahr gut mit Nährstoffen versorgt. Lerne, wie man Microgreens optimal zieht, keimt und verkocht.	€ 59,-/Person Partnerpreis €110
-------------------------	--	------------------------------------

05.04.2024 17:00 Uhr	KOCH-WORKSHOP ‚EASYPEASY‘ Wenn es schnell gehen & gesund sein soll.	€ 59,-/Person Partnerpreis €110
-------------------------	--	------------------------------------

SICHERE DIR DEINEN PLATZ UND MELDE DICH GLEICH AN:
bei Eva Haimberger | 0676 7033200 | eva@einfach-voll-aktiv.at
Ort: A-2565 Alland, Steinfeld 6 | www.einfach-voll-aktiv.at

AUSGEBÜCHT!





Einfach Voll Aktiv

energiereich ★ vielfältig ★ ausgewogen



SEMINARE | WORKSHOPS | VORTRÄGE

voraussichtliche Themen Sommer/Herbst 2024
in Evas Seminarzentrum | Steinfeld 6 | 2565 Alland

30.08.2024 17:00 Uhr	KOCH-WORKSHOP ‚HERBSTKÜCHE‘ Der Herbst verwöhnt uns mit reicher Ernte und es wird wieder Zeit gesund zu kochen.	€ 59,-/Person Partnerpreis €110
13.09.2024 16:00 Uhr	KOCH-WORKSHOP ‚WILDOBST‘ Die Natur bietet uns eine Reihe wilder Früchte. Von Dirndl, über Hagebutte, Weißdorn und Quitte verarbeiten wir, was wir finden.	€ 59,-/Person Partnerpreis €110
14.9.2024 9:30-18:00 Uhr	WECHSELJAHRE – AUSZEIT für dich ‚Hormonyoga & Ernährung‘ Wechseljahre und was kann ich selber dafür tun, dass es mir gut geht. Ein Tag zum Austausch, Lernen, Erleben, Spüren.	€ 189,-/Person mit Karin Holzer & Eva Haimberger
27.09.2024 17:00 Uhr	KOCH-WORKSHOP ‚BRAINFOOD‘ Welche Nährstoffe braucht unser Gehirn, um glücklich zu sein. Mit der richtigen Ernährung kommen wir gut durch die dunkle Jahreszeit.	€ 59,-/Person Partnerpreis €110
18.10.2024 17:00 Uhr	WILDKRÄUTER-WORKSHOP ‚GRÜNE KOSMETIK‘ Ölauszüge, Salben, Cremen, Lippenpflege und vieles mehr stehen bei diesem Workshop am Plan.	€ 49,-/Person Partnerpreis €90,-
25.10.2024 17:00 Uhr	KOCH-WORKSHOP ‚MEAL PREP – Vorkochen‘ Gesund ernähren geht leichter, wenn man vorbereitet ist. Wie koche ich am leichtesten vor, dass es abwechslungsreich ist und im Alltag schnell geht. Viele Tipps & Tricks.	€ 59,-/Person Partnerpreis €110
15.11.2024 22.11.2024 17:00 Uhr	KEKSE-BACKWORKSHOP Kekse mit Mehrwert. In unsere Köstlichkeiten kommen nur gesunde Zutaten. Von glutenfrei bis vegan ist alles dabei.	€ 59,-/Person Partnerpreis €110





Einfach Voll Aktiv

energiereich ★ vielfältig ★ ausgewogen



SEMINARE | WORKSHOPS | VORTRÄGE

voraussichtliche Themen & Termine Herbst/2024
in Evas Seminarzentrum | Steinfeld 6 | 2565 Alland

**Ich freu mich, wenn du bei meinen
Workshops mit dabei bist!**

**SICHERE DIR DEINEN PLATZ UND MELDE DICH GLEICH AN:
bei Eva Haimberger | 0676 7033200 | eva@einfach-voll-aktiv.at**

Veranstaltungsort:
Eva's Farm Erbsengrün
Steinfeld 6, A-2565 Alland

**Seminartermine 2025 folgen in Kürze unter
www.einfach-voll-aktiv.at**