

Achtsam Pasta Madre

Data / Ora

ven., 04.04.2025

dalle ore 09:00

sab., 05.04.2025

alle ore 16:00

Destinatari

Interessierte

Referente

Luzia Berger

Pasta Madre Expertin, Natur- und Wildnis Trainerin i.A.

Birgit Prast

Mentaltrainerin, ganzheitlicher Ernährungscoach

Importo

160,00 € pro Person

Um mit Pasta Madre zu backen, braucht es Achtsamkeit, Zeit und Freude. Es ist ein Prozess, auf den man sich einlassen muss und mit dem man mitwächst. Ein Ausprobieren, hin spüren und sein Eigenes finden. Darum wollen wir in diesen beiden Tagen lernen, Feinstes mit Pasta Madre zu backen und Zeit für Entspannung, Genuss und Achtsamkeit finden.