

L'Associazione *Onda Vitale*

e

Sapore Crudo I Sapori del Cuore e dell'Anima

Organizzano

Corso pratico di Cucina crudista-vegano Come rigenerarsi e perdere peso mangiando.

Il **3 e 4 maggio** c/o il CaSolare Chignoletti di Pontida Bg

Il corso si svolge in due giornate: il Sabato e la Domenica dalle ore 9,00 alle ore 17,00 circa con pausa pranzo dalle ore 12,30 alle ore 14,30 circa.

Lo svolgimento del corso è essenzialmente pratico e pieno di informazioni per potersi destreggiare in autonomia poi anche da casa.

Tutti i corsisti partecipano attivamente alla preparazione dei pranzi, della colazione domenicale e delle merende pomeridiane le quali verranno consumate assieme dopo l'esercitazione pratica.

Per chi si iscrive durante la Conferenza di venerdì 21 febbraio avrà uno sconto particolare.

Il Corso è a numero chiuso e ha un **costo di € 160,00**, dove sono comprese le colazioni, i pranzi e le merende.

Per info Carlo +39 335 5495856

www.saporecrudo.it

info@saporecrudo.it

info@ondavitale.it



www.ondavitale.it