

# Dinner für Gewinner!



*nouvelle  
cuisine crue*

... einfach und wirkungsvoll!

14. August 2010

# Dinner für Gewinner!

Mein Name ist Norbert Wilms und ich ernähre mich seit drei Jahren von vegetarischer Rohkost. Das Ergebnis hat mich selbst überrascht: Nicht nur, dass meine Pfunde purzelten, ich fühle mich vitaler, meine Konzentration ist deutlich besser und ich bin wesentlich leistungsfähiger – einfach fit. Diese positiven Erfahrungen möchte ich weitergeben und arrangiere [F]Rohkost-Workshops in einem schönen Ambiente.

Die Workshop-Themen sind:

Warum vegetarische [F]Rohkost?

[F]Rohkost-Küche –  
einfach und wirkungsvoll

Frisch gepresste Säfte

Das richtige Wasser

Keime und Sprossen, die absolute Power –  
auch für's Bürofenster

Herstellung eines mehrgängigen Menüs

Es werden ausschließlich Früchte und  
Gemüse in Bio- oder Demeterqualität  
verarbeitet.



Veranstaltungsort:  
Norbert Wilms (Veranstalter)  
Hamerweg 251  
41068 Mönchengladbach  
Telefon 02161 531085

14:00 – 18:00 Uhr  
Zubereitung des Menüs

18:00 – 20:00  
gemeinsames Essen

Kosten des Workshops:  
75,00 Euro

Bei gleichzeitiger Anmeldung  
mehrerer TeilnehmerInnen  
bezahlen die weiteren Personen  
je 65,00 Euro.

Preise inklusive Mehrwertsteuer.

Säfte, Quellwasser, reines  
Wasser, auf Wunsch Bio-Wein  
inklusive.

Max. Teilnehmerzahl: 6 Pers.

Nichtraucher-Räumlichkeiten!

## Workshop-Fax-Anmeldung: 02161 531064

Hiermit melde ich mich für den [F]Rohkost-Workshop am 14. August 2010 an.

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Weitere TeilnehmerInnen:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nach Eingang Ihrer Anmeldung  
erhalten Sie eine Rechnung.