

# ZDRAVÉ VAŘENÍ S MARCELOU CHUTNĚ, S LÁSKOU A PŘIROZENĚ KE SVĚMU TĚLU



TČM říká, že až 80 procent zdraví člověka vychází ze stravy. Jsme si vědomi, že zdravá strava bez chemie, konzervantů, bez Éček, aditiv, významně přispívá k lidskému zdraví. Na kurzech se naučíte vařit chutně, rychle a zdravě s přirozeností ke svému tělu.

## 3 kurzy, které vám ukážou cestu, jak zhubnout a přirozeně vyřešit zdravotní problémy

### 1. základní kurz s přednáškou a ochutnávkou o přirozeném stravování vašemu tělu

- pro všechny se zájmem o zdraví
- zdravotními problémy (cukrovka, vysoký krevní tlak, cholesterol...)
- pro ty, kterým se přes držení diet nedaří zhubnout

### 2. kurz zaměřený na speciální výživové směry (vegani, bezlepku, vegetariáni, podle tradiční čínské medicíny, nízkosacharidová, paleo, podle krevních skupin, vitariáni a raw strava, vaření pro děti, česká kuchyně zdravě – každý kurz je zaměřený na jiný okruh)

- vyberte si vhodný kurz na míru vašemu tělu a potřebám, můžeme i kombinovat

### 3. kurz jsou recepty na přání (kurz je individuálně sestaven na přání účastníků)

- tisíce receptů pro hlavní chody, polévky, dezerty, nápoje atd., které Vám představíme na základním kurzu
- pokrmy připravujeme na kuchyňském přístroji THERMOMIX, který zaručuje zdravé, rychlé, úsporné a kreativní vaření



Kurzy je možné absolvovat také v pohodlí  
Vašeho domova – pro více informací volejte.

Cena za 1 kurz: **600 Kč**

Cena kompletních 3 kurzů: **1 500 Kč**

Místa konání:  
Kolín, Jirny, Praha Klánovice, Praha 4 Podolí

**777 245 932** [www.bioret.cz](http://www.bioret.cz)