

## Mit der Natur kraftvoll in den Frühling starten

Wenn die Tage wieder länger werden, stellt sich nicht nur die Natur um. Auch uns tut es gut, alten Ballast loszuwerden, unseren Organismus von Giftstoffen zu befreien und unserem Stoffwechsel neuen Schwung zu verleihen. Besonders im Frühling stehen uns viele Pflanzen zur Verfügung, deren Inhaltsstoffe eine wahre Wohltat für uns sind.

Wir wenden uns in diesem Workshop regionalen Pflanzen, deren Wirkstoffen und unterschiedlichsten Methoden ihrer Nutzung zu. Von der Herstellung deiner eigenen Pflanzenkapseln, über Teezubereitungen und Wickel begleitet dich dieser Workshop, um kraftvoll in den Frühling zu starten.

### Information

|                     |                                  |
|---------------------|----------------------------------|
| <b>Kursdauer:</b>   | 3 Einheiten                      |
| <b>Kursbeitrag:</b> | 43,00 € TN-Beitrag               |
| <b>Fachbereich:</b> | Gesundheit und Ernährung         |
| <b>Zielgruppe:</b>  | Für alle interessierten Personen |

### Verfügbare Termine

#### 21.03.2026 09:00, Bruck an der Mur

|              |                                                                                  |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| Ort          | Bruck an der Mur                                                                 |
| Beginn       | 21.03.2026 09:00                                                                 |
| Ende         | 21.03.2026 12:00                                                                 |
| Örtlichkeit  | BK Obersteiermark, Wienerstraße 37, 8600 Bruck an der Mur                        |
| Information  | Barbara Kiendlspurger, Tel +43 3862 51955 4116, barbara.kiendlspurger@lk-stmk.at |
| Kursnummer   | 6-0020127                                                                        |
| Trainer:in   | Marietta Rothwangl                                                               |
| Veranstalter | Regional-LFI Obersteiermark                                                      |
| Termin 1     | 21.03.2026, 09:00 - 12:00 Uhr                                                    |