

Fit in den Winter mit pflanzlichen Helfern

Der Herbst ist die ideale Zeit, um unseren Körper gut auf den Winter vorzubereiten. Mit der richtigen Unterstützung aus der Pflanzenwelt können wir unser Immunsystem stärken und für mehr Wohlbefinden sorgen, wenn die Tage kürzer werden und die Temperaturen sinken. In diesem Kurs entdecken Sie, welche Pflanzen unserem Organismus auf unterschiedliche Art und Weise in der kalten Jahreszeit besonders gut tun. So starten Sie gestärkt und gesund in die kalten Wintermonate!

Information

Kursdauer:	2 Einheiten
Kursbeitrag:	35,00 € TN-Beitrag
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Für alle interessierten Personen

Verfügbare Termine

21.10.2025 19:00, Ilztal

Ort	Ilztal
Beginn	21.10.2025 19:00
Ende	21.10.2025 21:00
Örtlichkeit	Gemeindeamt Ilztal, Prebensdorf 170, 8211 Ilztal
Information	Sophie Stangl, Tel +43 3332 62623 4615, sophie.stangl@lk-stmk.at, ANMELDUNG bei:GB Manuela Leiner, 0660/1661567
Kursnummer	6-0020513
Trainer:in	Ing. Barbara Pechmann
Veranstalter	Regional-LFI Oststeiermark