

## Entschlacken mit Kräutern

Der Winter ist eine Zeit des Rückzugs, in der wir mehr drinnen sind und unsere Ernährung oft weniger abwechslungsreich ist. Im Frühling kommt die Zeit für einen „Frühlingsputz“ im Körper. In diesem Kurs erfahren Sie, welche Kräuter beim Entschlacken helfen und wie sie den Körper bei seiner Reinigung unterstützen können. So starten Sie mit frischer Energie und einem gereinigten Körper in die wärmere Zeit des Jahres!

### Information

**Kursdauer:** 2 Einheiten

**Kursbeitrag:** 35,00 € TN-Beitrag

**Fachbereich:** Gesundheit und Ernährung

**Zielgruppe:** Für alle interessierten Personen

### Verfügbare Termine

#### 10.03.2026 19:00, Gleisdorf

Ort	Gleisdorf
Beginn	10.03.2026 19:00
Ende	10.03.2026 21:00
Örtlichkeit	Mehrzwecksaal Nitscha, Nitscha 2, 8200 Gleisdorf
Information	Sophie Stangl, Tel +43 3332 62623 4615, sophie.stangl@lk-stmk.at, ANMELDUNG bei:GB BB Ursula Reiter, 0676/5880577
Kursnummer	6-0020532
Trainer:in	Ing. Barbara Pechmann
Veranstalter	Regional-LFI Oststeiermark

#### 24.03.2026 19:00, Miesenbach bei Birkfeld

Ort	Miesenbach bei Birkfeld
Beginn	24.03.2026 19:00
Ende	24.03.2026 21:00
Örtlichkeit	Pension Florianihof, Dorfviertel 4, 8190 Miesenbach bei Birkfeld
Information	Sophie Stangl, Tel +43 3332 62623 4615, sophie.stangl@lk-stmk.at, ANMELDUNG bei:GB Martina Pötz, 0676/4458909;GB Andrea Maderbacher, 0676/3923894
Kursnummer	6-0020533
Trainer:in	Ing. Barbara Pechmann
Veranstalter	Regional-LFI Oststeiermark