

# SPÜR-SINN Impulsabend



## Einladung zum Impulsabend im September

### Ayurveda trifft Westen – Die Alchemie der Küche

Was passiert, wenn westliche Alltagsrezepte auf ayurvedische Weisheit treffen?

An diesem Abend tauchen wir gemeinsam in die Welt der Gewürze, Kochmethoden und Esskultur ein. Du erfährst, wie du mit einfachen Zutaten und liebevoller Zubereitung deine Mahlzeiten in echte Kraftquellen verwandelst – für dich, für deine Familie, für dein Bauchgefühl. **Und das Besondere:** Heute wird nicht nur über Ayurveda gesprochen – **wir kochen gemeinsam!** Ich nehme dich mit in meine Küche und zeige dir Schritt für Schritt, wie Gewürze aktiviert, Zutaten kombiniert und Speisen zu kleinen Ritualen werden.

**Ein Abend voller Geschmack, Erkenntnisse und ganz praktischer Impulse für deine Alltagsküche.**

### Reisedetails:

#### Thema: Ayurveda trifft Westen – Die Alchemie der Küche

Ein Impulsabend über die Unterschiede zwischen westlicher und ayurvedischer Küche – mit vielen praktischen Tipps und Live-Kochen. Lerne, wie du Gewürze richtig einsetzt, welche Kombinationen wohltuend (oder weniger ideal) sind und wie du einfache Alltagsgerichte in Seelenfutter verwandelst.

### Wann & Wo:

**Freitag, 12. September 2025**

**Beginn: 19:00 Uhr**

**Ort: Spür-Sinn - Wellness & Ayurveda Lounge**

Sabine Adams



Eberhardstr. 27, 71634 Ludwigsburg

**Wohlfühlbeitrag: 69€**

# SPÜR-SINN Impulsabend



Freu dich auf ein achtsam zubereitetes ayurvedisches Abendessen, feine Snacks, ein herzhaftes Willkommensgetränk sowie eine Begleitung aus Wasser oder Tee zum Essen – und ein liebevoll zusammengestelltes Handout, dass du mit nach Hause nehmen kannst.

**Hinweis: Bitte gib bei deiner Anmeldung eventuelle Allergien oder Unverträglichkeiten an.**

👉 **Bitte melde dich vorab verbindlich an – die Plätze sind begrenzt.**

## **Anmeldung und Kontakt:**

**Tel:** 0171-2731022

**E-Mail:** [meins@sabines-spuer-sinn.de](mailto:meins@sabines-spuer-sinn.de)

[[www.sabines-spuer-sinn.de](http://www.sabines-spuer-sinn.de)]

## Hinweis zur Buchung:

Dein Platz beim Impulsabend ist liebevoll für dich reserviert.

Eine Rückgabe ist leider nicht möglich – aber bis 3 Tage vor dem Termin kannst du deinen Platz auf einen anderen Abend verschieben oder einen Gutschein erhalten. Danke für dein Verständnis und deine Achtsamkeit.

Lass uns gemeinsam auf diese Reise gehen – ich freue mich darauf, dich zu begleiten!

Sonnige Grüße

Sabine