



## Smoothies

---

Freitag, 31. Oktober 2014, 19.00 – 21.00 Uhr  
GLZ Habsburg, Burggraben 26, St.Gallen

### Centaurea Natur & Leben

In diesem Smoothie-Kurs erfahren Sie, wie ein echter grüner Smoothie hergestellt wird.

Frau Egger vermittelt während dem Kurs Wissenwertes über Zutaten, Qualität, die Wirkungsweise in Magen und Darm, den Geschmack und die Farben. Fortlaufend werden Smoothies gemixt, welche die Teilnehmenden frisch degustieren können.

**Organisation:** SGB-FSS Ostschweiz-Liechtenstein

**Referentin:** Vreni Egger

**Kosten:** CHF 10.00

**Bemerkung:** mind. 10 Teilnehmer

**Anmeldeschluss:** 26. Oktobr 2014

ost@sgb-fss.ch, Fax 044 315 50 47