



## Navigationssystem für ein gesundes Leben Zieleingabe: Gesunde Ernährung

### Seminarbeschreibung:

RohVolution sehe ich persönlich als eine Art von Lebensgefühl, der "Rohkost & mehr ..." und Volition im Sinne von Selbst-Coaching verbindet.

Doch wir lassen uns leiden, von Eltern, Großeltern, Freunden, Schule, Werbung, etc. Doch wissen die anderen wirklich, was für uns richtig und gesund ist?

Ich bekam von meinen Eltern, so wie viele andere z.B. Milch, Brot, Zucker, Kartoffeln, Nudeln, Fleisch und andere gekochte Nahrung. Und wir sind sich alle sicher, dies sei richtig und gesund.

Doch ist das wirklich so?

### Seminardauer:

09:30 Uhr - 16:30 Uhr

### Seminarort:

Siehe unter "Aktuelle Termine"

### Teilnehmer:

maximal 14 Teilnehmer/-innen pro Gruppe

### Seminarinhalt:

- Warum macht uns unsere Ernährung krank;
- Wer hat Interesse das es uns gut geht?
- Warum haben wir Gewichtsprobleme;
- Gesundheit anstatt 100% Rohkost;
- Der Raub unserer Körper-Enzyme;
- Selfness im Vergleich zu Wellness;
- RohVolution, Smoothies, Juice und mehr;
- Mein Weg zu einem gesünderen Leben;
- Bring Freunden natürliches Essen bei;
- und vieles mehr ...

### Seminartermin:

Siehe unter "Aktuelle Termine"

### Seminarkosten:

Pro Person 279.- Euro inkl. MwSt. /  
(ohne Verpflegung und Übernachtungskosten)

#### Anschrift

MARAS-Seminare  
Heinz Jürgen Maras  
Lindenstraße 2/b  
86579 Waidhofen

#### Kontakt

Tel. + 49 - 84 43 / 9 10 50  
Fax + 49 - 84 43 / 9 10 50  
info@maras-seminare.de  
www.maras-seminare.de

UST-IdNr. DE 18 88 16 838

**JETZT  
ANMELDEN**