Wirtschaftsjunioren Böblingen e. V.

Datum: am 29.03.2023 um 18:00
Titel: Gesunde Küche in 15 Minuten mit Tim Rühle



Aus vielen aktiven Jahren im Leistungssport und in der Ernährungsberatung weiß Tim Rühle, dass Ernährung so vieles bewirken kann. **Sie nährt, sie heilt, sie erfreut, sie verbindet, sie schützt...**
In dieser Erkenntnis her Tim in Herrenberg die wohl gesündeste und nachhaltigste Gastronomie der Region ins Leben gerufen. Das fit & fröhlich ist Anlaufstelle für all‘ diejenigen die erkennen, dass Gesundheit mehr als die Abwesenheit von Krankheit ist und einen bedeutenden Teil zu unserer Leistungsfähigkeit beitragen kann.

Unsere Nahrung ist eben mehr, als bloßer Füllstoff unserer knurrenden
Mägen und ein schneller Bissen "on the go".Lebensmittel sind vor allem zwei Dinge:

1. Kraftstoffe für unseren Körper und den Geist
2. Genuss und Mittel zur Muse und Entspannung
In diesem Sinne freuen wir uns auf einen fitten & fröhlichen Abend mit euch!

Die Teilnehmerzahl ist auf zehn Personen begrenzt. Zum Ausgleich der Unkosten werden 14,90 Euro aufgerufen.