

Mittwoch, 18. Februar 2026, 18.30 bis 21.30

Kochworkshop „Wissen & Genießen“ Inspiration zum Basenfasten

Körper entlasten, Stoffwechsel ankurbeln und Energie gewinnen
durch ausgewogenes, sanftes Fasten mit „Basenbildnern“ wie Gemüse & Co
mit „Küchen-Apothekerin“ und Ernährungs-Coach
Mag. pharm. Karin Hofinger

Vital-Kochbuch
inbegriffen



Veranstaltungsort: **Innsbruck**, Vitalimpuls-Praxis, Pradlerstraße 48/3

Beitrag: € 85.-/Person inkl. Lebensmittel, Kostproben **und** Vital-Kochbuch

Anmeldung: **karin.hofinger@vitalimpuls.com** (bei Fragen: 0699-10506135)

Als Gastgeberin freue mich auf eine interessierte Runde! (max. 8 Personen)

www.vitalimpuls.com

Weitere Kochworkshops 2026 und sonstige Angebote

○ **Monatliche Themen-Kochabende von 18.30 – 21.30**

Di, 17. März: **Ayurvedische** Frühlingsküche

Mi, 18. April: Belebende **Wildkräutergenüsse**

Do, 7. Mai: Ausgewogene Fitness-Salat-Bowls

○ **Exklusiv-Workshops** für Firmen/Teams/Freundes-Runden n.V.

○ **Persönliche Ernährungs- und Mikronährstoff-Beratung**

Vitalimpuls®