



Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West

Anja Haider-Wallner, Ulli Zika

Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West Anja Haider-Wallner, Ulli Zika

zahlreiche farbige Abbildungen [Neuwertig, eingeschweisst, als Geschenk geeignet]



[**Download Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West.pdf**](#)



[**Online lesen Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West.pdf**](#)

Downloaden und kostenlos lesen Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West Anja Haider-Wallner, Ulli Zika

216 Seiten

Kurzbeschreibung

Alte Traditionen wie das indische Ayurveda, die Traditionelle Chinesische und die Traditionelle Europäische Medizin betrachten Ernährung seit jeher als fixen Bestandteil eines ganzheitlichen Gesundheitssystems.

Wenn wir uns neben Kalorien und Vitaminen auch für die energetische Wirkweise von unserer Nahrung interessieren, können uns die alten Traditionen gute Wegweiser sein.

Healing Kitchen zeigt, wie die jahrtausendealten Ernährungslehren aus Ost und West uns unterstützen können, auf genussvolle und sanfte Weise die körperlichen und geistigen Herausforderungen unseres modernen Alltags zu meistern, Krankheiten vorzubeugen und Ungleichgewichte auszugleichen.

Ayurveda Traditionelle Indische Heilkunst

TCM Traditionelle Chinesische Medizin

TEM Traditionelle Europäische Medizin Über den Autor und weitere Mitwirkende

Anja Haider-Wallner ist diplomierte und erfahrene Ayurveda-Praktikerin und beschäftigt sich seit vielen Jahren mit den Themen Gesunde Ernährung und Reinigungskuren . Sie bietet (Koch-)Kurse und Workshops für Kinder und Erwachsene an. Als Autorin eines Detox-Ratgebers hat Sie bereits vielen Menschen zu mehr Wohlbefinden verholfen. www.smileveda.at

Ulli Zika ist Ernährungsberaterin nach TCM. Sie befasst sich seit vielen Jahren mit ganzheitlichen Ernährungskonzepten. Sie ist Autorin zahlreicher Bestseller und bietet umfassende Ernährungsberatungen, Kochworkshops und Vorträge zum Thema Genuss und Gesundheit an. www.gesundundgut.at

Download and Read Online Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West Anja Haider-Wallner, Ulli Zika #5BEOH4JNGPI

Lesen Sie Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West von Anja Haider-Wallner, Ulli Zika für online ebook Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West von Anja Haider-Wallner, Ulli Zika Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West von Anja Haider-Wallner, Ulli Zika Bücher online zu lesen. Online Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West von Anja Haider-Wallner, Ulli Zika ebook PDF herunterladen Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West von Anja Haider-Wallner, Ulli Zika Doc Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West von Anja Haider-Wallner, Ulli Zika MobiPocket Healing Kitchen für den modernen Alltag: Traditionelle Heilküchen aus Ost & West von Anja Haider-Wallner, Ulli Zika EPub