



Die größte Entscheidung deines Lebens liegt darin, dass du dein Leben ändern kannst, indem du deine Geisteshaltung änderst.

Albert Schweitzer

KÜCHENAPOTHEKE: WIRKSTOFFE DER NATUR - FASZINATION GEWÜRZE

MINZE:

INHALTSSTOFFE:

- ätherische Öle; Menthol, Menthon und Mentholester
- Gerbstoff
- Flavonoide
- Harze
- Bitterstoffe

Die Vorteile des Gewürzes:

- krampflösend
- schmerzlindernd
- entzündungshemmend
- kühlend



TESTEN SIE SICH DURCH UNSERE GEWÜRZWELT AM BUFFET

AllgäuQuelle®



Im Moorshop erhältlich



GENUSSWELT:

VITALER FRÜHSTÜCKSTIPP

FIGUR-FIT-MÜSLI

Das Müsli ist ideal für eine figurbewusste Ernährung. Durch ihre Quell-Wirkung mit Flüssigkeit dehnen sich die Cerealien auf ein Vielfaches aus und sorgen für ein langanhaltendes Sättigungsgefühl.

ZUBEREITUNG:

Haferflocken (2 TL)

Sonnenblumenkerne (1 TL)

Quinoa (1 TL)

Leinsamen (1 TL)

Cranberries (1 TL)

+ H-Milch 1,5% o. Naturjoghurt o.

Soja/Hafermilch (vegan) nach Bedarf



EIGENSCHAFTEN:

- Ballaststoffreich / vegan
- hoher Eisen- & Eiweißgehalt
- palmölfrei und ohne Gentechnik

KLEINER VORGESCHMACK

UNSERE EMPFEHLUNG FÜR DAS HEUTIGE NIEDERLANDE ABENDBUFFET:

Geflügel Frikadellen an Bratensauce
dazu Bergkäse Kroketten

VEGETARISCHES ANGEBOT:

Stamppot

Veranstaltungen & Aktionen

Was:

Wochenmarkt

Gesundheitsvortrag: Naturheilkunde

Wassergymnastik

Käsereiführung (Schaukäserei Vogler)

Rückenfitness (Anmeldung erforderlich)

Perfect Body (Anmeldung erforderlich)

Wann:

7:30 Uhr

14:00 Uhr

14:30 Uhr

14:30 Uhr

18:00 Uhr

19:00 Uhr

Wo:

in der Breite, Bad Wurzach

feelMOOR Konferenzraum

feelMOOR Therme

Schaukäserei Vogler, Gspoldshofen

feelMOOR, 1.OG Halle 2

feelMOOR, 10G. Halle 2 / 3

Wettervorhersage
für Bad Wurzach

DO



20 | 7

FR



23 | 9

SA



24 | 10

