

# L'Associazione *Onda Vitale*

e

## *Sapore Crudo* I Sapori del Cuore e dell'Anima

Organizzano

*Corso pratico di Cucina crudista-vegano*  
*Come rigenerarsi e perdere peso mangiando.*

**Domenica 4 maggio** c/o il CaSolare Chignoletti di Pontida Bg

Il corso si svolge la domenica dalle ore 9,00 alle ore 17,00 circa con pausa pranzo dalle ore 12,30 alle ore 14,30 circa.

Lo svolgimento del corso è essenzialmente pratico e pieno di informazioni per potersi destreggiare in autonomia poi anche da casa.

Tutti i corsisti partecipano attivamente alla preparazione del pranzo, della colazione e della merenda pomeridiana che verranno consumate assieme dopo l'esercitazione pratica.

Il Corso è a numero chiuso e ha un **costo di € 90,00**, dove sono comprese la colazione, il pranzo e la merenda. **Sconti per gli associati.**

*Per info Carlo +39 335 5495856*

**[www.saporecrudo.it](http://www.saporecrudo.it)**

[info@saporecrudo.it](mailto:info@saporecrudo.it)

[info@ondavitale.it](mailto:info@ondavitale.it)



[www.ondavitale.it](http://www.ondavitale.it)