



INFORMATIONS

Ces informations sont susceptibles de modifications. Merci de vous référer au site.

Lieu : TOURNON - MMPT
(Olivier de Serres)

MATERIEL : Aucun

Début le mardi 04 novembre 2025

CODE ACTIVITÉ : SBD 710

DURÉE : 02:00

Prix : 27.00 €

DESCRIPTION

Séance 1 : Principes de l'alimentation ayurvédique : connaissance et gestion des six saveurs.

Séance 2 : Erreurs alimentaires en Ayurvéda : antidotes - utilisation des épices pour équilibrer nos assiettes.

Séance 3 : Alimentation végétarienne en Ayurvéda : utilisation des légumineuses.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	04-11-2025	18:00	02:00	TOURNON - MMPT, 36, quai Gambetta - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Mardi	18-11-2025	18:00	02:00	TOURNON - MMPT, 36, quai Gambetta - 07300 TOURNON-SUR-RHONE
Mardi	25-11-2025	18:00	02:00	TOURNON - MMPT, 36, quai Gambetta - 07300 TOURNON-SUR-RHONE