

Journée Diététique Ayurvédique

Programme :

9h30 : Les 6 Saveurs - Les 3 constitutions ayurvédiques

11h : Préparation d'un repas ayurvédique équilibré

12h30 : REPAS

14h : Se nourrir selon son dosha (constitution de naissance)



Renseignements :

Brinne CADENAS 01 47 72 29 55 ou 06 82 48 82 69

<https://www.facebook.com/SoiZen.Ayurveda/>

<http://www.soizen.net>