



Gesundheit ist nicht alles, aber ohne
Gesundheit ist alles nichts.

Arthur Schopenhauer

KÜCHENAPOTHEKE: WIRKSTOFFE DER NATURE - FASZINATION GEWÜRZE

ZIMT:

INHALTSSTOFFE:

Ätherische Öle, Kalium, Kohlenhydrate, Vitamin C

Die Vorteile des Gewürzes:

- regulierend auf den Blutzuckerspiegel
- fördert den Appetit
- regt die Darmtätigkeit an
- hilft Erkältungssymptome zu lindern
- hilft den Cholesterinspiegel zu senken
- desinfizierende Wirkung



TESTEN SIE SICH DURCH UNSERE GEWÜRZWELT AM BUFFET



GENUSSWELT: VITALER FRÜHSTÜCKSTIPP



WORT ZUM TEE

Schwarztee

Die Gerbstoffe – auch Tannine genannt – senken Blutdruck und Cholesterinspiegel und wirken antibakteriell. Darüber hinaus enthält der schwarze Tee wichtige Vitamine und Spurenelemente wie Vitamin B, Mangan und Kalium.

Grüntee

hat eine belebende und positive Wirkung. Die Gerbstoffe beruhigen Magen und Darm, dank seines antibakteriellen Effekts verhindert grüner Tee Karies, außerdem reguliert auch er den Blutdruck.

WIR HALTEN BIS ZU 18 TEESORTEN FÜR SIE BEREIT

KLEINER VORGESCHMACK

UNSERE EMPFEHLUNG

ITALIENISCHE ABENDBUFFET:

Bolognese vom Rind

Putensteak, Salbei, Parmaschinken, Tom.Sauce

VEGETARISCHES ANGEBOT:

Spinatlasagne

Veranstaltungen & Aktionen

Was:

- Rückenfitness (Anmeldung erforderlich)
- Gesundheitsvortrag: Essen für Körper und Seele
- Wassergymnastik
- Stadtführung
- Yoga (Anmeldung erforderlich)

Wann:

- 9:00 Uhr
- 14:00 Uhr
- 14:30 Uhr
- 14:30 Uhr
- 19:00 Uhr

Wo:

- feelMOOR 1.OG Spothalle 1
- feelMOOR, Konferenzraum
- feelMOOR, Therme
- Bad Wurzach Info
- feelMOOR 1.OG Spothalle 1

Wettervorhersage
für Bad Wurzach

FR 13|17

SA 17|18

SO 17|19

