Atelier culinaire délicieusement indien

Mme BORGOGNON Gwendaline (Sophrologue)

INFORMATIONS

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

Lieu : Collège et lycée EREA/LEA (Cuisine pédagogique)

Début le samedi 06 avril 2024

DURÉE : 03:45

Prix : 31.00 €

RENSEIGNEMENTS SUR TARIFS :

Le tarif inclut 10 € pour les ingrédients.

MATERIEL :

Une tenue dans laquelle vous serez à l'aise pour la partie sophrologie.

Tablier, un tupperware

CODE ACTIVITÉ : 204

DESCRIPTION

L'alliance de la cuisine indienne et de la sophrologie offrent une expérience délicieuse.

La sophrologie vous permet d'éveiller vos sens grâce à de courts exercices axés sur les sensations, et la cuisine indienne sublime cet éveil.

Vous confectionnerez des plats colorés, avec des odeurs qui embaument la pièce et des saveurs qui explosent en bouche.

Prenez votre billet pour un voyage sensoriel ! Vous baignerez dans un voyage unique direction l'Inde.

PRÉ REQUIS

OBJECTIFS

Découvrir la cuisine indienne et l'alimentation en pleine conscience.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Samedi	06-04-2024	09:15	03:45	Collège et lycée EREA/LEA (Cuisine pédagogique), Rue de Banas - 26200 MONTELIMAR