



© Anni Kerber LFI

Veranstaltungstermin:

Mi, 10.03.2021, 09.00 - 10.45 Uhr, 2 UE
(UE = Unterrichtseinheit, 1 UE = 50 Min.)

Veranstaltungsort:

6020 Innsbruck, bei Ihnen daheim, vor dem Computer, Tablett oder Smartphone im **Online Seminarraum**. Der Link zum **Einstieg wird rechtzeitig per Mail zugesendet**.

Zielgruppe:

gesundheitsbewusste KonsumentInnen

Anmeldung:

bei: LFI Kundenservice Tel. 05 92 92-1111
oder online auf www.tirol.lfi.at mittels dem QR Code spätestens Montag, 08.03.2021 12.00 Uhr

Mitzubringen:

Beim Blitzbrot kannst du gerne zu Hause mitmachen. Die Zutatenliste dafür bekommst du 2 Tage vor Kursbeginn zugeschickt.

Teilnahmebeitrag:

€ 22,00 (inkl. Rezeptheft und weitere Ideen für eine gesundes, perfektes Frühstück)

Max. TeilnehmerInnenzahl:

50 (mindestens 30)

TrainerInnen:

Dipl.-Ernährungstrainerin Brunhilde Matt

Veranstaltungsnummer:

6020321001

Veranstalter:

LFI Tirol | Region West
Bezirke Landeck und Imst
Brennbichl 53 | 6460 Imst
tirol.lfi.at | ZVR-Zahl: 590200170

LFI Tirol

Cookinar: Das gesunde Frühstück mit neuen Rezepten

In diesem Online-Kochkurs bekommst du wertvolle Tipps, wie du dir ein schmackhaftes und ausgewogenes Frühstück zubereiten kannst. Die Trainerin zeigt dir mit der Schritt-für Schritt- Anleitung wie du einen Frischkornbrei mit Buchweizen, ein süßes Hirsegericht und einen köstlichen Karottenaufstrich zubereiten kannst. Beim Blitzbrot kannst du gerne zu Hause gleich mitmachen. Das Rezeptheft bietet dir außerdem tolle Rezepte und als Ideen für ein perfektes Frühstück bekommst du das Granola-Müsli als Rezept mit dazu. Sei dabei bei diesem interessanten Frühstückserlebnis.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

LFI Tirol – Geschäftsführerin-Stv.
Mag. (FH) Nikola Kirchner

LFI Imst und Landeck
Ing. Dipl.-Päd. Anni Kerber



QR Code für die Anmeldung

Wir fertigen bei der Veranstaltung Fotos / Videoaufnahmen an. Die Fotos / Videoaufnahmen werden zur Darstellung unserer Aktivitäten auf der Website und auch in Sozialen-Medien-Kanälen und Internetportalen sowie in Printmedien veröffentlicht. Weitere Informationen finden Sie unter <https://tirol.lfi.at/datenschutz>.

Die geltenden gesetzlichen Hygienemaßnahmen im Zusammenhang mit Covid-19 sind zu berücksichtigen und einzuhalten.

Bitte die allgemeinen Geschäfts- und Stornobedingungen des LFI Tirol unter tirol.lfi.at beachten.