

● **Einführung in die Ayurveda Kochausbildung**

Termine:

20.02 - 21.02.2016

09.07 - 10.07.2016

05.11 - 06.11.2016

Beginn jeweils um 10.00 Uhr.

220 Euro inkl. Verpflegung.

Unterkunft auf Anfrage.

● **Aufbaukurs Ayurveda Köche**

Möchtest du noch tiefer in die Ayurvedische Kochkunst eintauchen? Möchtest du von Gabriel noch mehr erfahren über die Zubereitung von Nahrungsmitteln als spirituelle Leidenschaft, die deinen Körper nährt, durchdringt und verwandelt? Dann ist das dein Kurs.

Termin:

20.10 - 23.10.2016 Beginn um 18.00 Uhr.

470 Euro inkl. Verpflegung.

Unterkunft auf Anfrage

● **Aphrodisiaka selber machen**

Viagra ist nicht blau, Viagra ist lecker. Poseidon gebar Aphrodite aus dem Schaum des Meeres. Gabriel gebiert Aphrodisiaka aus dem heimischen Kochtopf. Habe teil an diesem wahrhaft sinnlichen Unterfangen und bereite deine eigenen Aphrodisiaka für die intimsten Stunden deines Lebens.

Termin:

17.06 - 19.06.2016 Beginn um 10.00 Uhr.

460 Euro

incl. Verpflegung und Lehrmaterial.

Unterkunft auf Anfrage.



● **Ayurvedische Gourmet-Küche**

Genusswelten regen an, die Vielfalt immer neu zu entdecken. Kennst du den Sohn des Jupiter, aufgezogen von Aurora, der Göttin der Morgenröte und Bacchus, dem Gott des Weines und der Fruchtbarkeit? Er heisst Goccus und ist der Gott des Genusses und der Lebensfreude. Möchtest du eine Gourmetküche nach Ayurveda kennen lernen? Mit meiner weltweiten gastronomischen Erfahrungen und der Kochtechnik von Ayurveda? Dieses Seminar spannt den Bogen vom Stöbern nach Geschmacksrichtungen bis hin zur Anrichtung voller künstlerischen Akzente.

Termine:

19.11 - 20.11.2016, Beginn um 10.00 Uhr.

290 Euro incl. Verpflegung.

Unterkunft auf Anfrage. Uhr.

460 Euro incl. Verpflegung und Lehrmaterial.

Unterkunft auf Anfrage.

● **Farben Fest**

Lasst uns feiern, die Farbe des Lebens, die Farbe deiner Chromosomen, die Schatztruhe der Farben deines Lebens.

Wir feiern das wir geboren sind mit bunten Gerichten und vielfältigen Geschmäckern.

Termin:

09.09. - 11.09.2016

Beginn um 10:00 Uhr

● **Yoga und Ernährung Gabriel und Julia Frank**

von 30.07 - 06.08.2016 bei Seminarhaus Holthof an der Ostsee.

Wie immer das Bemustseins entwickeln für Körper, Geist und Seele.

www.holt-hof.com

● **Frühjahrs Kur** von 10.04 - 17.04.2016 zusammen mit Julia Frank Entschlaken und Energie tanken in tannheim.

info:

ayurveda\_catering@hotmail.com



◆ **Ausbildungsort:**

● **Büro für Seminarorganisation**  
Tel +49 (0)172 617 43 08  
ayurveda\_catering@hotmail.com  
www.ayurveda-koch-seminar.de

● **Wegmannhof**

Haitzen 7, 87730  
Bad Grönenbach  
http://wegmannhof.de/  
info@wegmannhof.de  
Tel.08334-9897697  
Fax 08334-9897698



# Gabriel Simón

## Ayurveda Kochausbildungen und Seminare 2016

Von frühester Kindheit an reiste Gabriel Simón-Pinero durch die Welt:

Lateinamerika, Nordafrika, Spanien, Italien, Südfrankreich und von überall brachte er Wissen mit, von überall weiß er zu berichten - nicht mit Worten sondern mit Gewürzen. Seine Heimat hat Gabriel Simón-Pinero in der ayurvedischen Küche gefunden, seit mehr als zwanzig Jahren arbeitet er europaweit als vegetarischer Koch. Seinen reichen Erfahrungsschatz aus dem köstlichen Garten der Ayurveda-Küche erwarb er während seiner mehrjährigen Tätigkeit, u.a. in der Küchenleitung an einem der bekanntesten Ayurveda-Ausbildungszentren Europas.

Möchtest du einem außergewöhnlichen Pacacharya, einem Weisen der Kochkunst begegnen, so wirst du ihn in Gabriel Simón-Pinero finden.

### ●Ayurveda Kochausbildung

Ernährung ist mehr als essen, um satt zu sein - es ist ein wundervoller Weg, dich selbst zu entdecken und dein wahres Wesen zu fördern und heilen. Über die Zubereitung und konstitutionsgerechte Kombination von Speisen und Gewürzen kannst du unendlich viel über deinen Körper, deinen Geist und dein Leben lernen und erfahren.

Bist du jemand, der bereits mit Kochkünsten beschlagen ist? Dann findest du in Gabriel Simón-Pinero einen erfahrenen, inspirierenden Lehrer, der dich in neue, überraschende Gefilde dieser lustvollen Tätigkeit führt. Oder wünschst du dir, endlich einen Einstieg in eine zu dir passende Ernährungsweise zu finden? Dann lass dir durch Gabriel`s ansteckende Freude und Begeisterung das Kochen und Experimentieren als einen lebenslustigen Tanz voll Kreativität zeigen. Folge der Sinnlichkeit deines Geschmacks und werde zum Schöpfer deiner Kraft mit dieser grundlegenden, heilsamen Kunst, durch die sich die Seele ausdrücken und im Körper pulsieren kann. Diese Ausbildung wird eine Bereicherung für dich, deine Kochkünste, vielleicht für deinen Beruf (Berufung), aber vor allem für dein Leben sein. Sie endet mit dem Diplom als Ayurveda-Koch/Köchin.



### Ausbildungsinhalte:

- Die Ayurveda-Ernährungslehre
- Die Lehre der Konstitution (Prakriti)
- Das Verdauungsfeuer (Agni)
- Anatomie des Verdauungssystems
- Konstitutionsbezogene Ernährungsberatung
- Ernährung nach Tages- und Jahreszyklen
- Rasa - die 6 Geschmacksrichtungen
- Gewürzkunde
- Praktische Form der Europäischen Ayurveda-Küche
- Die Ayurveda-Küche therapeutisch eingesetzt

### Termine:

**1. Block: 20.03 - 27.03 2016**

**2. Block: 14.08 - 21.08 2016**

**Beginn jeweils um 18.00 Uhr.**

**1.800 Euro, inkl. Verpflegung und Lehrmaterial.**

**Unterkunft auf Anfrage.**



### ●Rasayana für Immunsystem

Rasayana, was die Verbindung zur Ganzheit bringt, das Ama auflöst und uns schließlich wieder mit dem Ursprung verbindet. Das ist die wunderbare Aufgabe von Rasa. Rasa bedeutet Belebung, Bewegung, Tanz, Geruch, Erleben usw. Es sind die belebenden Fluktuationen im Absoluten (Ursprung der Schöpfung, das ATMA), was sich aus den Gegensätzen Ya und Na zusammensetzt! Das was einen Menschen wieder mit dem kosmischen Ursprung verbindet, was das Leben belebt, erfrischt und verjüngt... das Glück, deine Liebe. Du verehrst die Sonne, den Mond und die Sterne, die verschneiten Gipfel des Himalaya, den Jasmin, die Rose, die Niagara Fälle und den unendlichen Ozean.

Du bewunderst das Luftschiff, die Dampflokomotive, den Telegraphen und den Funk. Aber der Geist, der seinen Sitz im Gehirn hat, ist noch wundervoller. Rasayana, das was die Verbindung zur Ganzheit bringt, in einem Augenblick wandert er von Colombo nach London, vom Himalaya zu den Alpen. Dieses größte Wunder ist der unsterbliche Brahman oder Atman, der das ganze Universum durchdringt, der die Sonne erhellt und den Mond, die Sterne und den Geist. Tauche ein in diese Weisheit.

**Termin: 02.04 - 03.04 2016**

**Beginn um 10:00 Uhr**

**310 Euro incl. Verpflegung und Lehrmaterial.**

**Unterkunft nach Anfrage.**



### ●Veganer essen unseren Tieren das Futter weg?

Du möchtest wissen, wie du dich gesund und ausgewogen, frech und lustig ernähren kannst? Und all das ohne tierische Produkte? Du bist bereits Veganer aus Überzeugung oder möchtest dich neu orientieren? Dann ist dieses Seminar genau das richtige für dich! Hier lernst du, wie man genussvoll durchs Leben gehen kann, ohne Tiere als Lebensmittelproduzenten zu nutzen. Sei dabei und mach mit, wenn Gabriel mit viel Charme und noch mehr Gewürzen Schwung in die Gemüselandschaft bringt... UND die Tiere werden es dir bestimmt Danken!

**Termin:**

**14.05-16.05.2016, Beginn 18:00 Uhr**

**260 Euro, incl. Verpflegung und Lehrmaterial.**

**Unterkunft auf Anfrage**

### ●Räuchern mit Gewürzen

Das Entzünden von Räucherwerk gehört seit jeher zu den ältesten rituellen Praktiken der Menschheit.

So lag dem Räuchern schon immer eine wichtige religiöse Bedeutung zugrunde. Durch die Kraft des Feuers und der Luft werden Rauch und Duft erzeugt. Ein Duftstoff ist ein den Geruchssinn anregender, chemischer Stoff, der bei Tieren, Menschen und vielen anderen Wesen der

Kommunikation dient. Gewürze (Blüten, Wurzeln, Samen, Rinden, Blättern usw.) haben Essenzen sowohl zur Anlockung von Insekten zwecks Verbreitung von Pollen, Samen oder Sporen als auch zur Abschreckung. Oder als Mittel zur Verbindung von Körper, Geist und Seele. Falls du interessiert und neugierig bist, dich in die Welt der Gewürze zu vertiefen, nimm teil mit mir und lass uns tanzen in dieser mystischen Räucherwelt, geführt von den Geheimnissen der Gewürze. Bei diesem Räucherseminar werden wir eine grosse Gewürzkunde erlernen und mit den Gewürzen räuchern.

**Termin:**

**30.09 - 02.10 2016, Beginn um 10:00 Uhr.**

**370 Euro zzgl. Verpflegung.**



### ●Kosmetik zum Essen

Erst probieren, dann schmieren: Samt und Seide aus dem Kochtopf Kosmetik zum Essen sollte selbstverständlich sein, meint Gabriel. Seine Kosmetik soll dich nicht nur schöner machen, sondern auch besonders gut schmecken und dir ein Lachen des innigen Genusses auf die Wangen zaubern. Lass dich davon verführen, wenn du Liebe, Schönheit und Freude auf deiner Zunge tanzen lässt.

**Termin:**

**04.06 - 05.06.2016**

**Beginn um 10.00 Uhr.**

**310 Euro**

**incl. Verpflegung und Lehrmaterial.**

**Unterkunft auf Anfrage.**

