



PRESSEMITTEILUNG

Ernährungsexpertin & Haubenkoch → Genuss & Wohlbefinden: Kochworkshops, die Spass machen und individuell auf den Einzelnen abgestimmt sind

Ernährungsexpertin Christina Schnitzler setzt gemeinsam mit Toni Mörwald neue Maßstäbe für Kochworkshops

Wien, 23. März 2012 – Der Frühling bringt uns mildes, sonniges Wetter und neue Energien. Ein guter Zeitpunkt, die Ernährung an die eigenen Bedürfnisse anzupassen, die von Mensch zu Mensch oft sehr unterschiedlich sein können. Und das alles in Kombination mit der bewährten Qualität aus der Gourmetküche von Toni Mörwald.

„Der Zusammensetzung der Mahlzeiten und deren Auswirkung auf unser Wohlbefinden, unsere Gesundheit und unsere Lebensfreude wird oftmals unterschätzt. Wenn wichtige Bestandteile wie Eiweiß und gesunde Fette fehlen oder die Zutaten nicht zum Stoffwechselltyp passen, sind Unzufriedenheit, Müdigkeit oder Gusto auf Süßes vorprogrammiert. Um zu zeigen, dass wohltuendes Essen auch Spass macht, habe ich nach Partnern gesucht, bei denen sich die Kochworkshopteilnehmer in einem angenehmen Ambiente individuell abgestimmte Speisen kochen und dabei gleich einiges über ihren individuellen Bedarf erfahren. Es ist für die Teilnehmer oft verblüffend, wie unterschiedlich gesundes Essen für unterschiedliche Stoffwechselltypen sein kann. Dank Toni Mörwald präsentieren wir das in bewährter Haubenqualität“, erklärt Ernährungsberaterin Christina Schnitzler. Sie ist seit über zehn Jahren auf die Beratung der verschiedenen Stoffwechselltypen in Kombination mit Traditioneller Chinesischer Medizin spezialisiert und unterstützt Menschen aller Altersstufen beim Finden ihrer inneren und äußeren Balance.

Kochworkshops mit Toni Mörwald

Ab 2012 bietet Christina Schnitzler Kochworkshops mit Toni Mörwald an. Erfahren Sie in Toni Mörwalds Kochschule in Feuersbrunn, wie wunderbar sich Genuss und ein freudvoller,

unterhaltsamer Umgang mit Kochen und Essen kombinieren lassen mit Wohlbefinden und Wohlfühlgewicht.

Montag, 16. April 2012 - „Genuss & Wohlbefinden“ Gerichte für die Stoffwechselltypen. Moderiert von Bestsellerautorin & Stoffwechselltyp-Expertin Christina Schnitzler. Bei Bedarf wird ausgetestet, welche Speisen für die Teilnehmer passen.

Mittwoch, 19. September 2012 - Genießen und schlank werden/bleiben
Bestsellerautorin und Stoffwechselltyp-Expertin Christina Schnitzler verrät den Teilnehmern beim Kochen und Essen wertvolle Tipps.

Details finden Sie unter <http://www.moerwald.at/cms/uploads/2012%20%20Kochseminare.pdf>

Metabolic Balance Kochkurs

Abnehmen und trotzdem satt und zufrieden – geht das? Christina Schnitzler bietet Metabolic Balance seit einigen Jahren erfolgreich in Kombination mit Ihrem Hintergrundwissen TCM-Ernährungslehre und Ernährung für die Stoffwechselltypen an (www.christina-schnitzler.at oder www.qiboli.com). In diesem Kochkurs erhalten die Teilnehmer viele hilfreiche Tipps für Ihren Erfolg beim Abnehmen. Das Einzigartige: Wir berücksichtigen Unverträglichkeiten, Vorlieben, Metabolic Balance Pläne und die Stoffwechselltypen. Die Teilnehmer kochen in entspannter Atmosphäre bekömmliche Speisen, die sie rundum zufrieden machen. Auch Interessierte, die weder Metabolic Balance machen, noch Ihren Stoffwechselltyp kennen, profitieren von der Veranstaltung und sind herzlich willkommen.

Samstag, 28. April 2012 - 14-19 Uhr in der CUSINA, Sigmundsgasse 8, 1070 Wien
Anmeldung über **NUCHEFS** oder direkt bei Birgit Ofner unter +43 1 5224390

Über Ernährungsberatung Christina Schnitzler

Christina Schnitzler ist seit dem Jahr 2001 als selbstständige Ernährungsberaterin tätig. Ihr Unternehmen, mit Firmensitz in Wien und weiteren Niederlassungen in Melk und der Wachau, zählt zu den führenden Ernährungsberatungseinrichtungen in Österreich. Ihr Ziel ist es, durch eine ganzheitliche Kombination der Methodik (Ernährung nach den Fünf Elementen unter Berücksichtigung der Stoffwechselltypbestimmung) das Bewusstsein für gesunde Ernährung zu

schärfen und Klienten dadurch nachhaltig glücklich und zufrieden zu machen. Durch die Verknüpfung von Ost und West, bietet Christina Schnitzler damit ein einzigartiges Ernährungskonzept, um Körper, Geist und Seele zu harmonisieren und eine gesunde Gewichtsoptimierung herzustellen. Christina Schnitzler ist Bestsellerautorin und Gründungs- und Vorstandsmitglied der „g5e“ – Gesellschaft für Ernährung nach den Fünf Elementen. Regelmäßige Veranstaltungen wie Vorträge, Seminare und Kochworkshops sowie Weiterbildungen für Ernährungsberater und Therapeuten für Traditionelle Chinesische Medizin runden das Angebot ab. Nähere Informationen unter www.christina-schnitzler.at und www.qiboli.com.

Weitere Informationen und Presserückfragen

Ernährungsberatung Christina Schnitzler:

Praxis Wien: Ernährungsberatung Christina Schnitzler/GANZHEILZENTRUM

Mariahilferstraße 95/1/18

A 1060 Wien

Tel. +43 664 460 68 10

E-Mail info@qiboli.com

www.christina-schnitzler.at