

# Talleres de Alimentación Vegetariana

con

## Senderismo, Yoga y Meditación

12 de Marzo

28 de Mayo

De 10 a 14:30 h.

Degustación de todos los platos  
preparados

Y por la tarde  
Senderismo, Yoga y Meditación

Aportación por taller:  
35 € no socios - 25 € socios



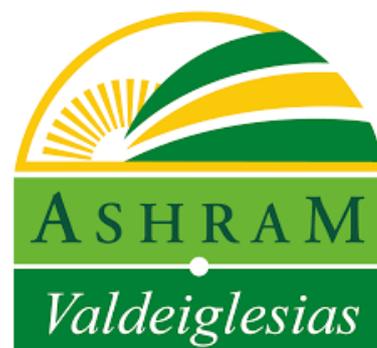
Descubre las numerosas alternativas a la carne.

Descubre nuevos sabores, aromas y colores.

Aprende a cocinar las verduras de cada estación.

Equilibra tus menús para no sufrir carencias en tu alimentación.

Disfruta de la vida de Ashram con el resto de actividades.



### Más información y Reservas:

Cr. N-403, Km. 76 (S. Martín hacia Toledo)  
28680 San Martín de Valdeiglesias (Madrid)

Tel: 918 610 064 - 629 760 947 (Whatsapp)

[www.AshramValdeiglesias.com](http://www.AshramValdeiglesias.com)