



3 napos program – 2017. június 16-18., július 7-9., augusztus 11-13.

első nap

10:00-10:45: általános bevezető, a gyógynövények felhasználási lehetőségeiről (főzetek, forrázatok, tinktúrák, olajok, krémek), fontosságáról napjainkban.

10:45-11:00 Szünet

11:00-11:45: tények és tévhitek a gyógynövényekről - egészség megőrzése alternatív módszerekkel (reflexológia, fülakupunktúra, masszázs, aromaterápia, apiterápia)

11:45-12:45 Ebédidő

12:45-14:15 ismerkedés a gyógynövényekkel a vár gyógynövénykertjében

14:15-14:30 Szünet

14:30-16:00 Teakóstoló. Személyre szabott tanácsadás.

második nap

9:00-12:00 Gyógynövénytúra a vár környékén (Gamócás)

12:00-12:15 Szünet

12:15-13:15 Ebédidő

13:15-14:00 Bevezetés az olaj és tinktúra készítés rejtelseibe a szedett növényekből

14:00-15:00 Gyógynövénytúra a vár környékén

15:00-15:15 Szünet

15:15-16:15 Teázás

harmadik nap

9:00-12:00 Gyógynövénytúra (Majális Park)

12:00-12:15 Szünet

12:15-13:15 Ebédszünet

13:15-14:00 Zöldségek, gyümölcsök és gabonafélék jótékony hatásai.



14:00-16:00 Ismertebb fűszernövények bemutatása a vár fűszernövénykertjében, növénytermesztési tanácsadás, receptajánlatok

16:00-16:15 Szünet

16:15-17:00 Búcsú teázás, újonnan szerzett ismeretek összefoglalása, lezárása

3 napos program ára szállás nélkül: 18.500 Ft/fő

Az ár tartalmazza:

Három napra ebédet, szakszerű túravezetést, tömegközlekedési vonaljegyet, teakóstoláshoz szükséges eszközöket, ajándék agyagkupát, a Diósgyőri vár tárlatainak megtekintését.

3 napos program ára szállással: 29.500 Ft/fő

Az ár tartalmazza:

A két éjszaka szállást (2 ágyas szobákban, egy fő jelentkezése esetén társítással), teljes ellátást, szakszerű túravezetést, tömegközlekedési vonaljegyet, teakóstoláshoz szükséges eszközöket, ajándék agyagkupát, a Diósgyőri vár tárlatainak megtekintését.

A program legalább 8 fő jelentkezése esetén indul.