



Ayurveda Day

Ayurveda Erlebnistag

26.09.2026

10 Uhr – 16 Uhr in Mosbach Odenwaldstraße 33/1

*Tauchen Sie ein in die Welt des Ayurveda.
Der Ayurveda Day im Indischen Haus verbindet
ayurvedisches Wissen, kulinarischen Genuss aus Kerala und
die Kraft der Stille zu einem inspirierenden Gesamterlebnis.*



Ayurveda Vortrag „Ernährung als Medizin“

von Dipl. Ayurveda Spezialistin Sonja Hilsenbek

Ein inspirierender Einblick in die Grundlagen der ayurvedischen Ernährung

Ayurveda Gewürzworkshop „Heilkunst aus der Küche“

von Ayurveda Phytotherapeutin Sonja Hilsenbek

Entdecken Sie die Wirkung und Anwendung klassischer ayurvedischer Gewürze

Ayurvedisches Mittagessen „Indische Küche aus Kerala“

von Throsten Ubl, Indischer Koch und Inhaber vom indischen Haus

Genießen Sie ein liebevoll zubereitetes Buffet aus der südindischen Tradition

Infovortrag Meditation „die Kraft der Stille“

von Mediationslehrer Herbert Groschup

Transzendente Meditation: Ihr Weg zu einem erfüllteren Leben

Ursprung – Tradition – wissenschaftliche Erkenntnisse

Frühbucherrabatt bis 31.07.2026: 109 € danach 119 €
inkl. Vorträge, Gewürzworkshop, Ayurveda Buffet & Wasser, Tee, Kaffee Bar
Anmeldung unter: info@dasindischehaus.de oder +49(0)171/8934456
Anmeldeschluss: 12.09.2026 (mind. 30 / max. 40 Personen)