

A2604501 Low Carb im Alltag – schnell, frisch & lecker

Beginn	Dienstag, 03.02.2026, 18:30 - 21:30 Uhr
Kursgebühr	20,00 € zzgl. Lebensmittelumlage, die zusammen mit der Kursgebühr erhoben wird
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Linda Hießerich
Kursort	, Wilhelm-Breidenbach-Weg 6, 51789 Lindlar

Leichte, alltagstaugliche Gerichte ohne viele Kohlenhydrate.

Wir kochen einfache Rezepte, die sich perfekt in den Alltag integrieren lassen – für einen bewussten Start ins neue Jahr.

Zu einem gemütlichen Abend gehören bekanntlich auch gute Getränke! Es ist gewünscht, dass Sie sich Ihre eigenen Getränke (alkoholfrei oder auch alkoholisch) mitbringen.

Sollten Sie Wein oder Sekt trinken wollen, bringen Sie sich am besten sicherheitshalber ein entsprechendes Glas mit.

Bitte bringen Sie auch ein Geschirrhandtuch, (ein Weinglas) und ggf. eine Vorratsdose mit.

Die Lebensmittelumlage wird auf den Kurspreis aufgeschlagen und berechnet sich nach den tatsächlichen Ausgaben. In diesem Kurs wird sie voraussichtlich zwischen 10 und 15 EUR liegen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
03.02.2026	18:30 - 21:30 Uhr	Lindlar, Gemeinschaftshauptschule, Wilhelm-Breidenbach-Weg 6