

# annayoga



Ayurvedischer Mittagstisch  
auf vegetarischer Basis.  
Direkt zu Ihnen ins Büro  
oder nachhause.

[www.annayoga.de](http://www.annayoga.de)



## Lieferung Mittagstisch:

Montag bis Donnerstag, 11.30 - 14.00 Uhr  
Pro Menu 12,50 Euro

Bestellungen nehme ich gerne bis einen Tag  
vorher unter: [kontakt@annayoga.de](mailto:kontakt@annayoga.de) oder  
Tel.: 089-20043191  
Mobil: 0179-2950523 entgegen.  
Ihre Anuli Diamantidou.

Lieferung in München Innenstadt, Schwabing,  
Haidhausen, Bogenhausen, Neuhausen, Laim,  
Nymphenburg, Hadern, Thalkirchen, Sendling

**Kochkurse/Partyservice:**  
nach Vereinbarung



Das alte Sprichwort **\*Liebe geht durch den Magen\*** deutet darauf hin, dass mit der Nahrung nicht nur Nährstoffe für den Körper, sondern auch für die Seele übertragen werden. Die positiven Einflüsse der Person, die das Essen zubereitet, die mit menschlicher Wärme und Zuneigung kocht, haben einen direkten Einfluss auf die Sättigung und Zufriedenheit, die man nach solch einem Essen erfährt. Forscher haben entdeckt, dass diese Faktoren nicht nur einen positiven Einfluss auf unsere Verdauung und unseren Stoffwechsel ausüben, sondern auch unser Immunsystem stärken.



**Anuli Diamantidou** ist seit 1984 mit den ayurvedischen Lebensgewohnheiten bestens vertraut. Sie lebte 9 Jahre in einem der grössten ayurvedischen Zentren in Mittelindien, Atma Santulana Village bei Dr. Shri Balaji Tambe. Sie leitete die Küche des Zentrums 5 Jahre lang. Seit 1999 ist sie wieder zurück in München und bekocht Sie gerne mittags. Sie gibt gerne Ihre Kochkenntnisse in Kursen an Interessierte weiter.

**Ayurveda** übersetzt „die Wissenschaft des Lebens“ ist ein ganzheitliches Heilsystem und Ernährung ein wichtiger Bestandteil davon.

Mehr erfahren Sie darüber auf meiner Internetseite [www.annayoga.de](http://www.annayoga.de)

