

Amsterdam, Het Kushi Instituut  
Weteringschans 65, 1017 RX, tel.: 020-6257513, fax: 020-6227320  
www.macrobiotics.nl, kushi@macrobiotics.nl  
Internationaal makrobiotisch educatie- en opleidingscentrum

# AGENDA

# JANUARI

**ZA 2** 11.00-17.00 **Open Dag** Nieuwejaarsreceptie met oliebollen, kookles, lezing, gratis

**DI 19** 19.00-21.00 **Verwarmende wintergerechten** Kookdemonstratie, € 20,- 2<sup>e</sup> persoon 50% korting

**DI 26** 19.00-21.00 **Maaltijdsoepen** Kookdemonstratie, € 20,- 2<sup>e</sup> persoon 50% korting

**ZA 30** 11.00-17.00 **Open Dag** Kookles, lezing, gratis

## WEKELIJKS

**Persoonlijke of familie leef- en eetwijze consult** Adelbert en Wieke Nelissen

**Nine star Ki Astrologie of Feng Shui consult** Adelbert Nelissen

**Gemberkompres & Shiatsu** Jarka Adamcova