



Urs & Rita Hochstrasser  
Zentrum für Rohkost & Gesundheit

## Seminare & Anlässe Im Zentrum für Rohkost und Gesundheit

Dorfstrasse 23, 5078 Effingen, Schweiz / Urs & Rita Hochstrasser Tel: +41 (0)62 876 20 22  
Weitere Infos unter: <http://www.urshochstrasser.ch>

### aktuelle öffentliche Termine für 2018

### Seminare / Anlässe

Wir behalten uns vor, bei nicht Erreichen der Mindestteilnehmerzahl,  
ein Seminar respektive einen Anlass zu annullieren.

### Preise \*\*

\*\* Preise inklusiv Essen,  
exklusiv Unterkunft,  
Änderungen vorbehalten

#### Samstag 28. Juli

18:00h Türöffnung / Apéro anschliessend Dinner

#### Sommernachts-Dinner

Rohkost-Buffer

Weitere Infos dazu finden Sie [hier](#)

CHF 55.-

#### Samstag 11. August

09:00 – ca. 16:00 h

#### 1-Tagesseminar

Rohkost vom Feinsten

Weitere Infos dazu finden Sie [hier](#)

CHF 220.-

#### Sonntag bis Donnerstag 19. – 23. August

jeweils 09:00 – ca. 19:30h

#### 5-Tagesseminar

Rohkost vom Feinsten

Weitere Infos dazu finden Sie [hier](#)

CHF 790.-

#### Samstag 6. Oktober

09:00 – ca. 16:00 h

#### 1-Tagesseminar

Rohkost vom Feinsten

Weitere Infos dazu finden Sie [hier](#)

CHF 220.-

#### Samstag 20. Oktober

18:00 Uhr Apéro & Erklärungen in der Ölmühle  
19:00 – ca. 20:00 Vortrag  
ca. 21:00 Uhr Ende der Veranstaltung

#### Öl-Vortrag mit Apéro

Weitere Infos dazu finden Sie [hier](#)

freiwilliger Beitrag

#### Samstag / Sonntag 27. + 28. Oktober

jeweils 10:00 – 17:00 h

#### 2-Tagesseminar/ -Workshop mit Jana Iger

Praktiken - 5 Dimensionale ganzheitlich  
Reinigung Körper, Geist und Seele

Weitere Infos dazu finden Sie [hier](#)

[Anmeldung](#)

<b>Samstag / Sonntag 17. + 18. November</b> jeweils 09:00 – ca. 16:00 h	<b>2-Tagesseminar</b> Rohkost vom Feinsten	Weitere Infos dazu finden Sie <a href="#">hier</a>	CHF 350.-
<b>Samstag 8. Dezember</b> 18:00h Türöffnung / Apéro anschliessend Dinner	<b>St. Nikolaus-Dinner</b> 4-Gang-Gourmet-Menü	Weitere Infos dazu finden Sie <a href="#">hier</a>	CHF 55.-

## Ausstellungen

**An folgenden Ausstellungen sind wir am Messe-Stand anzutreffen**  
**Urs Hochstrasser wird an der Rohkostmesse *Rohvolution* jeweils Vorträge halten**  
Nähere Infos über die Aktivitäten an der Rohvolution finden Sie unter [www.rohvolution.de](http://www.rohvolution.de)

Rohvolution Berlin	17. + 28. März 2018
Rohvolution Mülheim an der Ruhr	5. + 6. Mai 2018
Rohvolution Speyer	29. + 30. September 2018