



 **Naturheilkunde**

5-Elemente-Ernährung (Einführungskurs)

Die Traditionelle Chinesische Medizin geht davon aus, dass in der Regel 70 % unserer Energie durch die Nahrungsmittel aufgenommen wird, um Yang (Energie) und Yin (Substanz) im Gleichgewicht zu halten oder auch auszugleichen, welches durch die geschmackliche als auch thermische Wirkung der Lebensmittel sowie von Gewürzen und Kräutern erreicht werden kann. Das Kochen nach den fünf Elementen im Alltag, individuell an die jeweilige Konstitution und Lebensphase angepasst, zeigt aber auch neue Perspektiven, die Jahreszeit mit ihren Qualitäten als Energiequelle zu nutzen.

Seminarinhalte:

- Energie, wie setzt sie sich zusammen?
- Yin und Yang im Energiehaushalt
- Konstitution erkennen und gezielt stärken
- Hintergründe der Fünf-Elemente-Ernährung
- Thermische und geschmackliche Richtlinien
- Praktisches Arbeiten, Erarbeiten von Fallbeispielen und auf Wunsch gegenseitige Ernährungsberatung

Dieser Kurs ist für Ernährungsberater/innen gedacht und solche, die es werden wollen!

Termin

So, 24.01.2027
10:00–17:00 Uhr

Preis

275,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Augsburg
Oberbürgermeister-Drei-
fuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821-349 95 56

Seminarnummer

SSE89171026V2

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 02.03.2026

Dozent

Dozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.