

die Pause

2024 | 2025
KOCHKURSE



KOCHWORKSHOPS NACH DEN 5 ELEMENTEN DER TRADITIONELL CHINESISCHEN MEDIZIN

TCM Küche für Einsteiger – die gesunde Mitte
Sonntag, 22.09.2024 von 10:00 – 14:00h

Hilfe bei Lebensmittelunverträglichkeiten
Sonntag, 20.10.2024 von 10:00 – 14:00h

Vegetarische TCM Küche
Sonntag, 27.10.2024 von 10:00 – 14:00h
Freitag, 11.04.2025 von 17:30 – 21:30h

Stärkung des Immunsystems mit Kraftsuppen
Sonntag, 24.11.2024 von 10:00 – 14:00h

5-Elemente Power Frühstück & Brunch
Sonntag, 26.01.2025 von 10:00 – 14:00h

Entgiften und Entschlacken mit TCM
Sonntag, 30.03.2025 von 10:00 – 14:00h

Erfrischendes für heiße Tage
Sonntag, 25.05.2025 von 10:00 – 14:00h

Preis pro Kochkurs/pro Person € 140,-



Die Kochkurspreise inkludieren die Kosten für Lebensmittel, die vorwiegend aus Bioproduktion stammen, sowie Getränke und ein Handout.

Buchungen und Gutscheine auf www.diepause.at oder per E-Mail an office@diepause.at

KITCHEN DATE: KOCHKURS FÜR PAARE

Zweisamkeit genussvoll erleben, denn Liebe geht durch den Magen.

Termine:
20.09.2024, 25.10.2024, 15.11.2024, 06.12.2024, 24.01.2025, 21.02.2025, 14.03.2025, 04.04.2025, 16.05.2025 und 13.06.2025

Jeweils von 17:30 – 21:30h

Preis pro Termin/pro Person € 135,-
Kann nur paarweise gebucht werden.

KOCHKURSLEITERSEMINAR

Lerne Kochkurse zu planen, zu vermarkten und durchzuführen in Theorie und Praxis.

Sonntag, 15.09.2024 von 09:00 – 17:00h

Preis pro Person € 220,-
Beinhaltet Kochpraxis mit gemeinsamem Mittagessen und umfassendes Skriptum.

Mein Motto:
Ich verbinde
Gesundheit
mit Genuss!



Sabine Dobsberger
Kochstudioleiterin & dipl. TCM Ernährungsberaterin

SMELLS LIKE TEENS KITCHEN: KOCHKURSE FÜR JUGENDLICHE VON 15-18 JAHREN

Asian Delights: Sommerrollen, Maki und Bowls
Freitag, 22.11.2024 von 16:00 – 19:30h

Fiesta Mexicana: Tapas, Tortillas, Empanadas
Freitag, 31.01.2025 von 16:00 – 19:30h

Oriental Secrets: Falafel, Humus, Pita und mehr
Sonntag, 16.03.2025 von 15:00 – 18:30h

Italohits: Pasta e basta
Sonntag, 18.05.2025 von 15:00 – 18:30h

Preis pro Person/pro Kurs für Jugendliche von 15-18 Jahren € 79,-



KOCHKURSE FÜR KINDER VON 10-14 JAHREN

FUN 4 KIDS

Quick & Easy – Kochen leicht gemacht
Sonntag, 13.10.2024 von 10:00 – 13:15h
Sonntag, 11.05.2025 von 10:00 – 13:15h

Weihnachtskekse backen
Sonntag, 15.12.2024 von 14:00 – 17:30h

Asiatische Küche: Sushi, Maki und Curry
Sonntag, 09.02.2025 von 10:00 – 13:15h
Samstag, 08.03.2025 von 11:00 – 14:15h

A la Francaise: Von Quiche bis Crêpes
Samstag, 08.02.2025 von 11:00 – 14:15h
Sonntag, 09.03.2025 von 10:00 – 13:15h

Gusto Italiano: Pasta selbst gemacht
Samstag, 28.06.2025 von 10:00 – 13:15h

Preis pro Person/pro Kurs für Kids von 10-14 Jahren € 69,-

Kochen ist COOL!

FERIENKOCHKURSE FÜR KINDER VON 10-15 JAHREN

Kunterbunte Sommerküche: 07.07. – 10.07.2025
Kulinarische Weltreise: 25.08. – 28.08.2025

Montag bis Donnerstag, täglich von 09:30 – 13:30h
(Betreuung ab 09:00h)
Preis pro Woche/pro Person € 265,-