



Rückmeldebogen

Seminar: Entsäuern, Entschlacken & Entgiften

Bewertung nach Schulnoten

1=sehr gut / 5=mangelhaft

Seminar-Nr.: 2503

	1	2	3	4	5
Meine Fragen wurden beantwortet	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminar war für mich verständlich	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminarklima hat mir gefallen	☒	☐	☐	☐	☐
Umsetzbarkeit der Themen	☒	☐	☐	☐	☐
Organisation (Einladung, Ablauf, ...)	☒	☐	☐	☐	☐
Anzahl und Dauer der Termine	☒	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☒	☐	☐	☐	☐
Unterlagen (ausführlich, verständlich)	☒	☐	☐	☐	☐
Seminarort	☒	☐	☐	☐	☐
Meine Erwartungen wurden erfüllt	☒	☐	☐	☐	☐
Ich werde dieses Seminar erneut besuchen	Vielleicht ☐ Ja ☒ Nein ☐				
Ich werde das Seminar weiterempfehlen	Ja ☒ Nein ☐				

Meine Lieblingsrezepte: Bunt gemischt, alle Rezepte sind sehr gut

Meine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Seminar:

Auffrischung von verschütteten Wissen

Was hat mir an diesem Seminar besonders gefallen:

Die Gemeinschaft

Welche Verbesserungsvorschläge habe ich: weiter so

Danke für die Teilnahme und weiterhin viel Erfolg wünschen Karin & Christian!



Rückmeldebogen

Seminar: Entsäuern, Entschlacken & Entgiften

Bewertung nach Schulnoten

1=sehr gut / 5=mangelhaft

Seminar-Nr.: 2503

	1	2	3	4	5
Meine Fragen wurden beantwortet	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminar war für mich verständlich	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminarklima hat mir gefallen	☒	☐	☐	☐	☐
Umsetzbarkeit der Themen	☒	☐	☐	☐	☐
Organisation (Einladung, Ablauf, ...)	☒	☐	☐	☐	☐
Anzahl und Dauer der Termine	☒	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☒	☐	☐	☐	☐
Unterlagen (ausführlich, verständlich)	☒	☐	☐	☐	☐
Seminarort	☒	☐	☐	☐	☐
Meine Erwartungen wurden erfüllt	☒	☐	☐	☐	☐
Ich werde dieses Seminar erneut besuchen	Vielleicht ☐ Ja ☐ Nein ☐				
Ich werde das Seminar weiterempfehlen	Ja ☒ Nein ☐				

Meine Lieblingsrezepte:

Fast alle, Frühstück, Semisemmelbraten

Meine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Seminar:

Viel Trinken, Gemüse sehr wichtig, wenig Zucker

Was hat mir an diesem Seminar besonders gefallen:

alles, Rezepte insbesondere!

Welche Verbesserungsvorschläge habe ich:

KEINE

Danke für die Teilnahme und weiterhin viel Erfolg wünschen Karin & Christian!



Rückmeldebogen

Seminar: Entsäuern, Entschlacken & Entgiften

Bewertung nach Schulnoten

1=sehr gut / 5=mangelhaft

Seminar-Nr.: 2503

	1	2	3	4	5
Meine Fragen wurden beantwortet	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminar war für mich verständlich	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminarklima hat mir gefallen	☒	☐	☐	☐	☐
Umsetzbarkeit der Themen	☒	☐	☐	☐	☐
Organisation (Einladung, Ablauf, ...)	☒	☐	☐	☐	☐
Anzahl und Dauer der Termine	☒	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☒	☐	☐	☐	☐
Unterlagen (ausführlich, verständlich)	☒	☐	☐	☐	☐
Seminarort	☒	☐	☐	☐	☐
Meine Erwartungen wurden erfüllt	☒	☐	☐	☐	☐
Ich werde dieses Seminar erneut besuchen	Vielleicht ☐	Ja ☒	Nein ☐		
Ich werde das Seminar weiterempfehlen		Ja ☒	Nein ☐		

Meine Lieblingsrezepte: Gefüllte Paprika

Meine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Seminar:

sehr verständlich

Was hat mir an diesem Seminar besonders gefallen:

Rezepte

Welche Verbesserungsvorschläge habe ich:

keine

Danke für die Teilnahme und weiterhin viel Erfolg wünschen Karin & Christian!



Rückmeldebogen

Seminar: Entsäuern, Entschlacken & Entgiften

Bewertung nach Schulnoten

1=sehr gut / 5=mangelhaft

Seminar-Nr.: 2503

	1	2	3	4	5
Meine Fragen wurden beantwortet	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminar war für mich verständlich	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminarklima hat mir gefallen	☒	☐	☐	☐	☐
Umsetzbarkeit der Themen	☒	☐	☐	☐	☐
Organisation (Einladung, Ablauf, ...)	☒	☐	☐	☐	☐
Anzahl und Dauer der Termine	☒	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☒	☐	☐	☐	☐
Unterlagen (ausführlich, verständlich)	☒	☐	☐	☐	☐
Seminarort	☒	☐	☐	☐	☐
Meine Erwartungen wurden erfüllt	☒	☐	☐	☐	☐
Ich werde dieses Seminar erneut besuchen	Vielleicht ☒		Ja ☐	Nein ☐	
Ich werde das Seminar weiterempfehlen			Ja ☒	Nein ☐	

Meine Lieblingsrezepte: italienischer Brokkoli, Porriol Curry

gefüllte Paprika, Brotkrumen und Kartoffeln gefüllte rote Rüben

Meine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Seminar:

mehr trinken, Gemüseanteil erhöhen

Was hat mir an diesem Seminar besonders gefallen:

Alles

Welche Verbesserungsvorschläge habe ich: —

Danke für die Teilnahme und weiterhin viel Erfolg wünschen Karin & Christian!



Rückmeldebogen

Seminar: Entsäuern, Entschlacken & Entgiften

Bewertung nach Schulnoten

1=sehr gut / 5=mangelhaft

Seminar-Nr.: 2503

	1	2	3	4	5
Meine Fragen wurden beantwortet	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminar war für mich verständlich	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminarklima hat mir gefallen	☒	☐	☐	☐	☐
Umsetzbarkeit der Themen	☒	☐	☐	☐	☐
Organisation (Einladung, Ablauf, ...)	☒	☐	☐	☐	☐
Anzahl und Dauer der Termine	☒	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☒	☐	☐	☐	☐
Unterlagen (ausführlich, verständlich)	☒	☐	☐	☐	☐
Seminarort	☒	☐	☐	☐	☐
Meine Erwartungen wurden erfüllt	☒	☐	☐	☐	☐
Ich werde dieses Seminar erneut besuchen	Vielleicht ☐		Ja ☒	Nein ☐	
Ich werde das Seminar weiterempfehlen			Ja ☒	Nein ☐	

Meine Lieblingsrezepte: Kartoffel-Brokkoli-Puffauflauf,
Kartoffelsuppe, gefüllte Paprika, Chinakohlsalat ...

Meine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Seminar:

Schau auf die eigene Gesundheit!

Was hat mir an diesem Seminar besonders gefallen: Vorträge v. Karin -
aufschlussreich.

Welche Verbesserungsvorschläge habe ich:

Keine

Danke für die Teilnahme und weiterhin viel Erfolg wünschen Karin & Christian!



Rückmeldebogen

Seminar: Entsäuern, Entschlacken & Entgiften

Bewertung nach Schulnoten

1=sehr gut / 5=mangelhaft

Seminar-Nr.: 2503

	1	2	3	4	5
Meine Fragen wurden beantwortet	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminar war für mich verständlich	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminarklima hat mir gefallen	☒	☐	☐	☐	☐
Umsetzbarkeit der Themen	☒	☐	☐	☐	☐
Organisation (Einladung, Ablauf, ...)	☒	☐	☐	☐	☐
Anzahl und Dauer der Termine	☒	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☒	☐	☐	☐	☐
Unterlagen (ausführlich, verständlich)	☒	☐	☐	☐	☐
Seminarort	☒	☐	☐	☐	☐
Meine Erwartungen wurden erfüllt	☒	☐	☐	☐	☐
Ich werde dieses Seminar erneut besuchen	Vielleicht ☐	Ja ☒	Nein ☐		
Ich werde das Seminar weiterempfehlen		Ja ☒	Nein ☐		

Meine Lieblingsrezepte: Zwiebel Suppe

Meine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Seminar: Umsetzen

Was hat mir an diesem Seminar besonders gefallen: gute Erklärung

Welche Verbesserungsvorschläge habe ich: keine

Danke Elisabeth

Danke für die Teilnahme und weiterhin viel Erfolg wünschen Karin & Christian!



Rückmeldebogen

Seminar: Entsäuern, Entschlacken & Entgiften

Bewertung nach Schulnoten

1=sehr gut / 5=mangelhaft

Seminar-Nr.: 2563

	1	2	3	4	5
Meine Fragen wurden beantwortet	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminar war für mich verständlich	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminarklima hat mir gefallen	☐	☒	☐	☐	☐
Umsetzbarkeit der Themen	☒	☐	☐	☐	☐
Organisation (Einladung, Ablauf, ...)	☒	☐	☐	☐	☐
Anzahl und Dauer der Termine	☒	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☒	☐	☐	☐	☐
Unterlagen (ausführlich, verständlich)	☒	☐	☐	☐	☐
Seminarort	☒	☐	☐	☐	☐
Meine Erwartungen wurden erfüllt	☒	☐	☐	☐	☐
Ich werde dieses Seminar erneut besuchen	Vielleicht ☐	Ja ☒	Nein ☐		
Ich werde das Seminar weiterempfehlen		Ja ☒	Nein ☐		

Meine Lieblingsrezepte:

Auflauf, sämtliche Suppen u. Salate

Meine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Seminar:

Auf die Gesundheit m. Ernährung achten.

Was hat mir an diesem Seminar besonders gefallen:

Erklärung d. Abläufe i. Körper

Welche Verbesserungsvorschläge habe ich:

Weniger "Getrocknete". Kann man sich
schwer Konzentrieren

Danke für die Teilnahme und weiterhin viel Erfolg wünschen Karin & Christian!



Rückmeldebogen

Seminar: Entsäuern, Entschlacken & Entgiften

Bewertung nach Schulnoten

1=sehr gut / 5=mangelhaft

Seminar-Nr.: 2503

	1	2	3	4	5
Meine Fragen wurden beantwortet	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminar war für mich verständlich	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminarklima hat mir gefallen	☒	☐	☐	☐	☐
Umsetzbarkeit der Themen	☐	☒	☐	☐	☐
Organisation (Einladung, Ablauf, ...)	☒	☐	☐	☐	☐
Anzahl und Dauer der Termine	☒	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☒	☐	☐	☐	☐
Unterlagen (ausführlich, verständlich)	☒	☐	☐	☐	☐
Seminarort	☐	☒	☐	☐	☐
Meine Erwartungen wurden erfüllt	☒	☐	☐	☐	☐
Ich werde dieses Seminar erneut besuchen	Vielleicht ☒	Ja ☐	Nein ☐		
Ich werde das Seminar weiterempfehlen		Ja ☒	Nein ☐		

Meine Lieblingsrezepte: Gemüsepfanne mit Hirse
Quinoa-Salat

Meine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Seminar: regelmäßig Essen,
18^{00h} letztes Abendessen einhalten, gutes Körpergefühl!

Was hat mir an diesem Seminar besonders gefallen:

Der Gruppenaustausch u. Beantwortung d. Fragen
Welche Verbesserungsvorschläge habe ich: keine

Danke für die Teilnahme und weiterhin viel Erfolg wünschen Karin & Christian!



Rückmeldebogen

Seminar: Entsäuern, Entschlacken & Entgiften

Bewertung nach Schulnoten
1=sehr gut / 5=mangelhaft

Seminar-Nr.: 2503

	1	2	3	4	5
Meine Fragen wurden beantwortet	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminar war für mich verständlich	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminarklima hat mir gefallen	☒	☐	☐	☐	☐
Umsetzbarkeit der Themen	☒	☐	☐	☐	☐
Organisation (Einladung, Ablauf, ...)	☒	☐	☐	☐	☐
Anzahl und Dauer der Termine	☒	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☒	☐	☐	☐	☐
Unterlagen (ausführlich, verständlich)	☒	☐	☐	☐	☐
Seminarort	☒	☐	☐	☐	☐
Meine Erwartungen wurden erfüllt	☒	☐	☐	☐	☐
Ich werde dieses Seminar erneut besuchen	Vielleicht ☐ Ja ☒ Nein ☐				
Ich werde das Seminar weiterempfehlen	Ja ☒ Nein ☐				

Meine Lieblingsrezepte: Brotrezepte, Gemüserezepte

Meine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Seminar:

Wohr auf den Körper horchen!

Was hat mir an diesem Seminar besonders gefallen:

Gute Ratschläge, euer Wissen!

Welche Verbesserungsvorschläge habe ich:

Danke für die Teilnahme und weiterhin viel Erfolg wünschen Karin & Christian!



Rückmeldebogen

Seminar: Entsäuern, Entschlacken & Entgiften

Bewertung nach Schulnoten

1=sehr gut / 5=mangelhaft

Seminar-Nr.: 2503

	1	2	3	4	5
Meine Fragen wurden beantwortet	☐	☒	☐	☐	☐
Das Seminar war für mich verständlich	☒	☐	☐	☐	☐
Das Seminarklima hat mir gefallen	☒	☐	☐	☐	☐
Umsetzbarkeit der Themen	☒	☐	☐	☐	☐
Organisation (Einladung, Ablauf, ...)	☒	☐	☐	☐	☐
Anzahl und Dauer der Termine	☒	☐	☐	☐	☐
Rezepte	☒	☐	☐	☐	☐
Unterlagen (ausführlich, verständlich)	☒	☐	☐	☐	☐
Seminarort	☒	☐	☐	☐	☐
Meine Erwartungen wurden erfüllt "mehr als ..."	☒	☐	☐	☐	☐
Ich werde dieses Seminar erneut besuchen	Vielleicht ☐	Ja ☒	Nein ☐		
Ich werde das Seminar weiterempfehlen		Ja ☒	Nein ☐		

Meine Lieblingsrezepte: Müsli frühstück

Pikantes Kraut mit Ananas + viele andere

Meine wichtigsten Erkenntnisse aus dem Seminar: mehr biolog., LM kaufen
viel trinken; Eiweißquellen; Vollkornprodukte verwenden;

Was hat mir an diesem Seminar besonders gefallen: Organisation und
Unterlagen - umfangreiches Wissen von Karin

Welche Verbesserungsvorschläge habe ich:

Danke für die Teilnahme und weiterhin viel Erfolg wünschen Karin & Christian!