

**POWERFUL
PODIUMSESSIES**

BRAIN

BOOSTERS



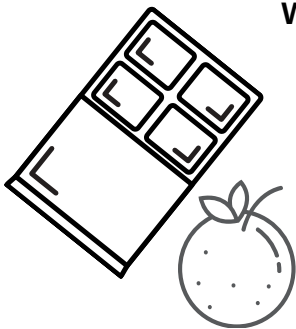
Bij binnenkomst kunt u genieten van een heerlijke plak notencake met een kop groene thee of koffie vol met antioxidanten om de hersenen gezond te houden.

De lunch bestaat uit speltbrood, rijkelijk belegd met omega-3 rijke gerookte zalm en ei. Een plak meergranenbrood met goede omega-9 vetten door de avocadocrème en een extra antioxidant boost door de toegevoegde zongedroogde tomaatjes.

Ook geven we u nog wat extra eiwitten mee door onze sandwich met huisgemaakte eiersalade en zoet/zure komkommer.

Waar zouden we zijn zonder een frisse fruitsalade?! Om de hersenen jong en sterk te houden serveren we een heerlijk mix van rode & zwarte bessen. Beiden zorgen voor een zeer sterke antioxidantwerking.

Wist u dat pure chocolade zeer rijk is aan magnesium, antioxidanten én aan het gelukshormoon serotonine? Het zorgt voor een ultieme geluks-boost, daarom verwennen wij u graag met een stukje huisgemaakte chocolade brownie!



Tot slot, een kleine cleansing door onze spinazie-sinaasappel smoothie. De chlorofyl in dit sapje maakt u uw lichaam van binnen lekker schoon!

Uw brain is weer helemaal geboost en u kunt de podiumsessie met een optimale breinbeleving ervaren!

