

## VHS Ostkreis Hannover

In folgendem Kurs sind noch freie Plätze verfügbar. Bitte melden Sie sich vor Ihrer Teilnahme an. Verbindung von Qigong mit der traditionellen gesunden Küche Chinas

In diesem Seminar erhalten Sie eine Einführung in Qigong (theoretisch und praktisch) und kochen anschließend jeweils gesunde traditionelle chinesische Gerichte. Durch verschiedene Bewegungstechniken soll eine Reinigung von Körper und Geist stattfinden unterstützt durch eine gezielte Ernährungsberatung, in der Sie nicht nur tolle chinesische Rezepte kochen sondern auch Kenntnisse erhalten, wann und welche Nahrungsmittel für Körper und Geist wichtig sind. Bitte bringen Sie ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Gefäße für Kostproben mit.

Die Lebensmittelkosten in Höhe von insgesamt 18 € sind im Preis inbegriffen.

Xin Schubert

Samstag, 23.11.2024, 09:30 - 16:00 Uhr und Sonntag, 24.11.2024, 10:00 - 14:30 Uhr

Isernhagen, Realschule, Schulküche, Helleweg

Preis: 72,00 €, Kursnummer A 305 292

# Wintertraum unter dem Sternendach

Einmalig in Hannover: Auf der Terrasse des Fora Hotel Hannover by Mercure steht bis zum 31. Januar eine neuartige Iglu-Landschaft

**F**lorian Stühmer, seit Anfang des Jahres General Manager im Fora Hotel Hannover by Mercure, hat im Laufe seiner Karriere überall auf der Welt faszinierende Orte und Gastronomien kennengelernt. Als er den Jahreswechsel 2016/2017 in New York verbrachte, fiel ihm ein besonderer Trend ins Auge: Auf den Terrassen und Rooftops wurden beheizte „Iglus“ installiert – winterlich dekorierte, transparente Rundzelte, die in wohliger warmer Atmosphäre einen malerischen Rundum-Blick auf die Winterlandschaft ermöglichen und sie um einen traumhaften Panorama-Sternenhimmel über den Köpfen der Gäste bereichern.

Zurück in Europa, machte er sich daran, diese Idee weiterzuentwickeln und in verschiedenen Städten auf Hotelterrassen zu realisieren: 2017 in Frankfurt, 2020 in Luxemburg, 2021 in Prag und 2022 in Dresden – überall mit durchschlagendem Erfolg: „In jeder dieser Städte konnten wir uns vor Reservierungen kaum retten“, so Stühmer.

Nun ist seine Heimatstadt Hannover an der Reihe – und er ist überzeugt, mit seinen Iglus auch hier einen Nerv zu treffen. Dafür hat er das Erfolgskonzept noch weiter perfektioniert und ein attraktives Paket geschnürt, das keine Wünsche offenlässt.

Für 49 Euro pro Person gibt es nach dem hausgemachten Willkommens-Glühwein oder -Punsch ein perfekt zum Winterthema passendes Fondue mit vorgeschneitem Fleisch von Rind, Lamm und Huhn, dazu mediterranes Gemüse, Kartoffelgratin, frisch gebackenes Sylter Brot, Saucen und Dips sowie ein Überraschungs-Dessert. Heiße und kalte Getränke können von der umfangreichen Getränkekarte dazu bestellt werden. Tipp von Florian Stühmer: der fruchtig-intensive, runde Primitivo.

Jeder der drei liebevoll dekorierten Iglus fasst bis zu sechs Personen und verfügt über eine eigene, regelbare Heizung. Für bis zu 18 Personen können auch alle drei Iglus gleichzeitig reserviert wer-



den – ideal zum Beispiel für kleine Weihnachtsfeiern. Vor den Iglus befindet sich eine wärmende Feuerschale, an der sich die „Iglu-Besatzungen“ begegnen. „So entsteht in und um die Iglus eine einzigartige Stimmung“, weiß Stühmer aus den bisherigen Installationen.

Die Fora Iglu Lounge ist montags bis samstags von 16 bis 22 Uhr geöffnet, die letzte Reservierung ist jeweils ab 20 Uhr möglich.

**Wichtig:** Reservierungen werden ausschließlich per E-Mail unter [hc025@accor.com](mailto:hc025@accor.com) angenommen und von Montag bis Freitag während der Geschäftszeiten beantwortet. Eine frühzeitige Reservierung wird auf jeden Fall empfohlen, „unter der Woche sind mit etwas Glück aber auch noch Plätze am gleichen Tag verfügbar“, so Stühmer. Die Sterne stehen also gut für einen unvergesslichen Abend mit Freunden oder Geschäftspartnern.

## FORA

### HOTEL HANNOVER

BY MERCURE



**Neuer Trend zum Ausprobieren – erstmals in Hannover**

## FORA IGLU Lounge

**Vom 01. November 2024 bis 31. Januar 2025 können Sie die Fora IGLU Lounge auf der winterlichen Terrasse genießen.**

Lassen Sie sich in 3 beheizbaren Iglus bei Glühwein und Fondue von der winterlichen Atmosphäre unterm Sternenhimmel verzaubern und erleben Sie mit Ihren Freunden und Geschäftspartnern einen ganz besonderen Abend!

### Winterfondue im Iglu

49,00 € pro Person (exklusive Getränke).  
Der Mindestverzehr je IGLU beträgt 150,00 €

Wir empfehlen rechtzeitig zu reservieren.  
Reservierungen per E-Mail: [hc025@accor.com](mailto:hc025@accor.com)

### Öffnungszeiten FORA IGLU Lounge:

Montags bis samstags von 16 bis 22 Uhr.  
Letzte Reservierung möglich ab 20 Uhr.

Reservieren:

