

## Londoner Spitzengastronomie in Graubünden

Am Anlass «London Talents» holt Gault-Millau-Koch Manuel Reichenbach aufstrebende Kochtalente aus Grossbritannien nach Trun in die idyllische «Casa Tödi».

So verwöhnte Oscar Holgado vom bekannten »Claridges Hotel« in London am 18. Oktober Schweizer Gaumen. Diese Woche, am 24.

Oktober, schwingt Jungtalent Aaron Ashmore, Junior Sous-Chef im «Murano»-Restaurant London, die Kochlöffel. Es ist Manuel Reichenbachs zweiter Streich in seiner Eventreihe Schnapsideen, wie er seine Veranstaltungen schmuckvoll nennt: «Eine hochstehende Küche lebt von vielen Eindrücken und Erlebnissen. Ich habe schon immer Ideen und Einflüsse aus aller Welt in meine regionale Küche integriert und London hat es mir so wieso angetan».

Für den Anlass am 24. Oktober steht noch eine beschränkte Anzahl Plätze zur Verfügung, welche per Mail an [casatoedi@casatoedi.ch](mailto:casatoedi@casatoedi.ch) oder via Website [www.casatoedi.ch](http://www.casatoedi.ch) reserviert werden können.

**Casa Tödi, Manuel Reichenbach**  
Via principala 78, 7166 Trun  
Tel. 081 943 11 21, [www.casatoedi.ch](http://www.casatoedi.ch)  
[casatoedi@casatoedi.ch](mailto:casatoedi@casatoedi.ch)



## Vortrag zum Thema Gewichtsreduktion

Am Dienstag, 4. November, lädt die Pill Apotheke um 19 Uhr zum Vortrag «EPI-Konzept: Gesund leben. Essen bewusst geniessen. Dauerhaft Gewicht kontrollieren».

Das EPI-Konzept ist das erste natürliche, wissenschaftlich fundierte und patentierte Gesundheitskonzept, welches den Energiestoffwechsel normalisiert und so genau an der Ursache ansetzt.

Es richtet sich an übergewichtige Personen, welche ihren Stoffwechsel normalisieren möchten, damit sie ihr Gewicht nachhaltig kontrollieren können.

Die Fachspezialistinnen der Pill Apotheke Grischuna bestimmen auf der Grundlage einer Blutuntersuchung – Blutentnahme vom Finger – den spezifischen EPI-Typ ihrer Kunden.

Der EPI-Typ zeigt den Grad der Ent-

an und dient zusammen mit den bisherigen Ernährungsgewohnheiten als Grundlage für eine individuelle, ganzheitliche Gesundheitsberatung.

Erfahren Sie am Vortrag mit Doris Egli, Dipl. Naturheilpraktikerin, TCM Herbalistin, Ernährungsberaterin der Pill Apotheke Grischuna mehr über das neue Konzept.

**Weitere Informationen und Anmeldung bis am 1. November:**  
Pill Apotheke Grischuna  
Bahnhofstr. 44, 7000 Chur  
Tel. 081 222 82 82

## Two wheels, one love: Exclusive Bikes Chur öffnet seine Pforten

Am 31. Oktober und am 1. November eröffnet in Chur der neue Bike-shop Exclusive Bikes. Bei frischen Drinks und leckeren Snacks können Besucher das Team und Angebot kennenlernen. Als exklusive Partner der internationalen Spitzenmarken Pinarello, Bianchi, Niner, Orbea, Ridley und Price bringen Daniel und Jasmin Felix qualitativ hochstehende Mountainbikes und Rennvelos nach Chur. Zudem sind auch weitere Fahrradtypen wie E-Bikes, Kindervelos oder Citybikes erhältlich. Für jedes Anspruchsniveau und Budget ist etwas dabei. Erstklassige Bekleidung und Zubehör vom Helm bis zum GPS-Gerät

sowie ein umfassendes Serviceangebot runden die Produktpalette ab. Individuelle Beratung wird Exclusive Bikes gross geschrieben. Als passionierte Biker wissen Daniel und Jasmin Felix, worauf beim Zweirad ankommt. Dieses Wissen möchten sie den Kunden von Exclusive Bikes weitergeben. Alle angebotenen Produkte wurden durch die beiden Inhaber persönlich getestet und ausgewählt.

**Exclusive Bikes**  
Deutsche Strasse 36, 7000 Chur  
Tel. 081 353 19 42  
[info@exclusivebikes.ch](mailto:info@exclusivebikes.ch)  
[www.exclusivebikes.ch](http://www.exclusivebikes.ch)



*Als passionierte Biker wissen Daniel und Jasmin Felix, woraufes beim Zweirad ankommt. Bild zVg*

## Mit Zumstein nach Prag oder Turin?

In Turin weiss man was Frauenherzen höher schlagen lässt. Die Stadt verführt mit kilometerlangen Einkaufsstrassen unter barocken Arkaden, wo Sie die neuesten Modetrends entdecken können.

Geniessen Sie einen Cappuccino in einem typischen italienischen Strassencafé und runden Sie Ihren Einkaufstag mit einem piemontesischen Nachtessen ab. Diesen

Traum können Sie sich zusammen mit Zumstein-Carreisen erfüllen. Denn vom 7.–9. November fährt Zumstein-Car in die italienische Peltropole. Vielleicht ja auch mit Ihnen an Bord?

Oder wie wäre es mit einer Reise nach Prag in der Vorweihnachtszeit? Vom 4.–7. Dezember können Sie mit Zumstein die Stimmung der böhmischen Weihnacht miterleben. Traditionelle böhmische Handwerkskunst, regionales Essen und tschechische Weihnachtschöre hinter der Kulisse des Altstädter Ringes in Prag machen den Weihnachtsmarkt in Prag so wunderschön.



**Verlangen Sie unverbindlich die Detailprogramm zu den Reisen oder ein detailliertes Weihnachtsmarktprogramm bei Zumstein Car-Reisen, Salvatorestr. 90, 7000 Chur**  
Tel. 081 222 82 82