



Janet Blöcker
(Diätassistentin)
Tel.: 04321/8514528

Praxis im Kuhstall

Kampstr. 22 24539 Neumünster



Astrid Francke
(Dipl.oect.troph.)
Tel./Fax: 04321/74493

Mein Weg zum besseren Gewicht

-Gezielt und individuell abnehmen mit Profis-

Essen und Trinken ist im modernen Schlaraffenland ein schwieriges Unternehmen geworden. Das Zuviel an Nahrung und die vielfältigen Zutaten machen es zunehmend schwerer, im eigenen Essalltag die „richtigen“ Entscheidungen zu treffen.

Dazu versprechen unzählige Diäten und Programme schnelle Erfolge auf dem Weg zum Wunschgewicht.....mit wenig Erfolg, denn häufig steigt das Gewicht nach Diät-Ende schnell wieder an.

„**Mein Weg**“ ist ein Programm, das auf langfristigen Erfolg baut – für das Körpergewicht, die Gesundheit und das Wohlfühl – für Sie persönlich. Im Laufe der 10 Kurseinheiten werden Sie erfahren, was eine individuelle, gesunde Ernährung beinhalten kann und wie sie im Alltag umgesetzt wird. Mit „**Mein Weg**“ lernen Sie, wie Sie ihr Gewicht besser im Griff behalten und langsam senken können.

Dies lernen Sie zusammen mit Gleichgesinnten, mit Spaß und der Freude an ihren persönlichen Erfolgsschritten.

Kursangebot	Astrid Francke Anmeldung unter: 04321/74493	Janet Blöcker Anmeldung unter: 04321/8514528

Kursgebühr: EUR 150,- pro Person

(Die Kursgebühr ist anteilig oder voll erstattungsfähig durch die Krankenkasse nach § 20 SGB. Bitte erfragen Sie die Richtlinien bei Ihrer Kasse.)

Ort: Praxis im Kuhstall, Kampstr. 22, 24539 Neumünster