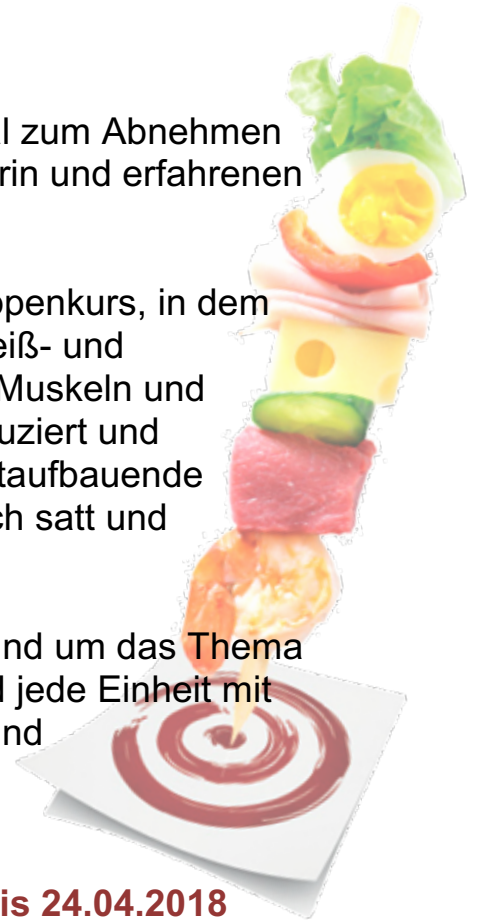


„einfach schlank“

Wir bieten zum Jahresstart einen Kurs über sechs Mal zum Abnehmen an. Der Kurs wird von unserer langjährigen Mitarbeiterin und erfahrenen Diplom-Oecotrophologin Antje Lemke durchgeführt.

Der *mylowcab*-Abnehmkurs ist ein sechsmaliger Gruppenkurs, in dem Sie lernen, gesund und genussvoll zu essen. Die eiweiß- und ballaststoffbetonte Ernährung macht satt, schützt die Muskeln und aktiviert den Stoffwechsel. Kohlenhydrate werden reduziert und modifiziert, um den Blutzucker zu stabilisieren und fettaufbauende Mechanismen zu stoppen. So werden Sie ganz einfach satt und schlanker.

In jeder Kurseinheit werden Ihnen spannende Infos rund um das Thema Ernährung und Abnehmen vermittelt. Abgerundet wird jede Einheit mit hilfreichen Ess- und Ernährungsregeln, Motivations- und Bewegungstipps.



Kursdauer	: Dienstag, den 13.02.2018 bis 24.04.2018
Kursumfang	: 1,5 Stunden alle 14 Tage
Kursgebühr	: 149 Euro inkl. Ernährungsmappe
Gruppengröße	: ab 6 TN bis max. 12 TN

Informieren Sie sich gerne ausführlicher beim kostenlosen Infoabend am

Dienstag, den 30.01.2018 um 18.00Uhr im Speiseraum

Bitte tragen Sie sich in die Interessentenliste ein, wenn Sie am Infoabend dabei sein möchten.