

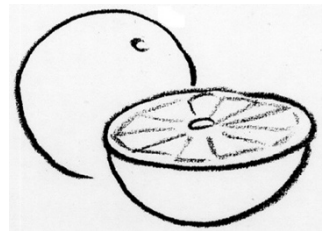


**RICHTIG ESSEN®
INSTITUT**

Beratungsgesellschaft für
Ernährung und Gesundheit mbH

Abnehmkurs
„Richtig Essen – Gewichts-Coaching mental“

Treffen	Termin	Inhalte
Infoabend	11.05.23	18.30 Uhr
1. Kurstreffen	25.05.23	Zielbild
2. Kurstreffen	01.06.23	Kohlenhydrate, Frühstück
3. Kurstreffen	08.06.23	Eiweiß, Mittagessen
4. Kurstreffen	15.06.23	Fett, Abendbrot
5. Kurstreffen	22.06.23	Ernährungspyramide, Achtsames Essen
6. Kurstreffen	29.06.23	Essen und die Gefühle, Bewegung
7. Kurstreffen	06.07.23	Getränke, Einkaufen
8. Kurstreffen	13.07.23	Persönliche Konfliktsituationen, Essgewohnheiten



Kursort: Praxis Dr. Schmidt, 1. Etage
Wiltbergstr. 25, 13125 Berlin

Uhrzeit: 18.30 Uhr

Kosten: 149,00 € (Kostenbeteiligung durch KK)

Kursleitung: Dipl.-troph. Margret Leupold,
Mewesstr. 32, 13125 Berlin
Tel: 030/94397090, 017641105124

margretleupold@aol.com