

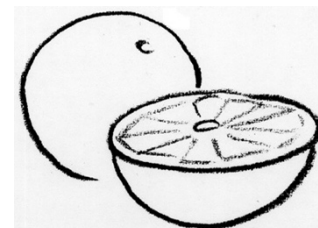


**RICHTIG ESSEN®  
INSTITUT**

Beratungsgesellschaft für  
Ernährung und Gesundheit mbH

**Abnehmkurs**  
**„Richtig Essen – Gewichts-Coaching mental“**

<b>Treffen</b>	<b>Termin</b>	<b>Inhalte</b>
<b>Infoabend</b>	<b>21.04.22</b>	<b>18.30 Uhr</b>
1. Kurstreffen	28.04.22	Zielbild
2. Kurstreffen	05.05.22	Kohlenhydrate, Frühstück
3. Kurstreffen	12.05.22	Eiweiß, Mittagessen
4. Kurstreffen	19.05.22	Fett, Abendbrot
5. Kurstreffen	02.06.22	Ernährungspyramide, Achtsames Essen
6. Kurstreffen	09.06.22	Essen und die Gefühle, Bewegung
7. Kurstreffen	16.06.22	Getränke, Einkaufen
8. Kurstreffen	23.06.22	Persönliche Konfliktsituationen, Essgewohnheiten



**Kursort:** **Gastroent. Praxis Dr. Schmidt, Wiltbergstr. 25  
(am S-Bhf. Buch), 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**