

Kombi Abnehmkurs - Yoga und Ernährung für Erwachsene

Für wen: Für alle Erwachsenen, die Lust auf neue Essgewohnheiten und Veränderungen haben.

Die Kurse finden immer mittwochs von 19.30 h – 21.00 h statt.

Yoga: 18.10.2017 von 19.30h – 21.00 h

Yoga: 22.11.2017 von 19.30h – 21.00 h

Yoga: 25.10.2017 von 19.30h – 21.00 h

Yoga: 29.11.2017 von 19.30h – 21.00 h

Ernährung: 08.11.2017 von 19.30h – 21.00 h

Ernährung: 06.12.2017 von 19.30h – 21.00 h

Ernährung: 15.11.2017 von 19.30h – 21.00 h

Ernährung: 13.12.2017 von 19.30h – 21.00 h

Wo: Beide Kurse im Ernährungsinstitut KinderLeicht,
Pasinger Bahnhofplatz 3, 81241 München

Ziele:

- eigene Essgewohnheiten dauerhaft und achtsam verändern
- Tipps und Trick für den BerufsEssalltag
- KinderLeichte Speisen kochen und genießen

- Bewegungs- und Atemtechniken für Beweglichkeit und Fitness
- Körperbewusstsein fördern und in den Alltag integrieren
- wohlwollende achtsame Beziehung zu sich selbst

Gesamtkursgebühr: 300 € (Bezuschussung von bis zu 300€ durch Krankenkassen)
15 € Materialgeld für das Kochen, bitte in bar zum Kursbeginn mitbringen.

Anmeldeschluss: 09.10.2017

	Zertifiziert mit Kurs-ID:	Kosten:	Bezuschussung durch die Krankenkassen:
Ernährungskurs	20150309-650991	150 €	75 € bis zu 150 €
Yogakurs	20140602-604751	150 €	75€ bis zu 150 €
Fragen Sie bei Ihrer Kasse nach – es lohnt sich!			

Kursleitung: Agnes Streber, Ernährungswissenschaftlerin und Köchin
Huberta von Gneisenau, Trainerin für Bildungsmanagement, Yogalehrerin

Ansprechpartner: Agnes Streber

Ernährungsinstitut KinderLeicht, Pasinger Bahnhofplatz 3, 81241 München
Tel. 089 / 716 77 50 30, www.kinderleichtmuenchen.de

Anmeldung

Kombi Abnehmkurs - Yoga und Ernährung

Kursleitung: Agnes Streber, Ernährungswissenschaftlerin und Köchin
Huberta von Gneisenau, Trainerin für Bildungsmanagement, Yogalehrerin

Hiermit melde ich mich verbindlich für den
Kombi Abnehmkurs – Yoga und Ernährung an.
Bitte Anmeldung per Post, Mail oder Fax.

Ernährungsinstitut KinderLeicht
Agnes Streber
Pasinger Bahnhofplatz 3
81241 München
Fax: 089 / 716 77 50 31

Name, Vorname _____

Geb.: _____

Straße, Nr. _____

PLZ, Wohnort _____

Telefonnr. /Handy _____

E-Mail _____

Bitte überweisen Sie die Kursgebühr von 300 € bis spätestens 09.10.2017 an:

Ernährungsinstitut KinderLeicht
Sparkasse FFB
IBAN: DE 59 7005 3070 0001 3247 71
BIC: BYLADEM1FFB

Mit der Überweisung ist die Anmeldung am Kombi Abnehmkurs verbindlich.

Ich wurde über nachstehende Teilnahmebedingungen informiert:
Teilnahmeabsage muss bis spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn erfolgen; ansonsten wird die volle Kursgebühr berechnet.

Ort, Datum

Unterschrift