



SCHLANKE, FITTE KÜCHE

- für einen tollen Körper -

Schon einmal gefragt? - warum

- ✓ Sie immer wieder mit dem Essen oder Süßem nicht aufhören können?
- ✓ Sie schon beim Hinschauen dick werden?
- ✓ Ihr Körper so gut Energie speichert?

Ja, dann sind Sie hier richtig.

Sie erfahren in diesem aktiven Vortrag

- ✓ dass **Abnehmen und Gewicht halten einfach umsetzbar**, genuss- und geschmackvoll ist
- ✓ mehr über Ihren **Stoffwechsel in Zusammenhang mit Körpergewicht** und Energie wie Sie diesen positiv beeinflussen können
- ✓ welche **Nährstoffe**, Pflanzenstoffe zum Einsatz kommen
- ✓ wie sie diese **Tipps** in den Alltag integrieren können

Außerdem wird

- ✓ **live gekocht und verkostet**

Ihre Referentin

Mag. Christina Frauenschuh
Ernährungsexpertin & Selfnesscoach

Genussvoll gesünder durch's Leben