

Glyx4you.com

Die Ernährung mit *Biß*

E
-
I
N
-
L
A
D
D
U
N
G

zum 10-teiligen Workshop

„Mit basischer Ernährung zum
Idealgewicht“

„Ernährungsprogramm zur Gewichtsreduktion,
Prävention und Erhaltung ihrer Gesundheit“

Start: Mittwoch, 11. Okt. 2017

Ort: A - 3441 Baumgarten am Tullnerfeld,
Baumschulstraße 23

ABLAUF

START: Donnerstag, 11. Oktober 2017
Wöchentliche Termine: Beginn 18:30
Mi 11., 18., 25.10., Di 31.10, Mi 8., 15., 22., 29.11., 6., und Di 12.12.2017
EINHEITEN: Einzel-Vorgespräch (1,5 Stunden) nach Terminvereinbarung
10 Gruppen-Einheiten im wöchentlichen Rhythmus á 2 h

LEISTUNGEN: Einzelvorgespräch und Gruppenstunden
Arbeitsmappe inkl. Unterlagen
Verkostung von Lebensmitteln
Rezepte

INHALTE:

- o 10-teilige Grundschulung des Ernährungsprogrammes
- o Individuelle Anpassung an die Teilnehmer und deren spezielle Bedürfnisse
- o Buch: „Das Glyx4you-Ernährungsprogramm“
- o Lebensmittel - Verkostung und Verwendung
- o Rezepte zur praktischen Umsetzung
- o Kochvorführungen
- o Speiseplan für die nächste Woche gemeinsam erarbeiten
- o Schnupperstunden beim „Gesunden Tulln“

ANMELDUNG

Michaela Haunold

Ernährungsberaterin - Dipl. Ernährungstrainerin
A - 3441 Baumgarten, Baumschulstraße 23
Mobil: +43 (0) 676 7195220
@-Mail: info@glyx4you.com
Homepage: www.glyx4you.com

Ich (Name)
(Straße).....
(PLZ, Ort).....

Nehme am 10-teiligen Workshop

„Mit basischer Ernährung zum Idealgewicht“

verbindlich teil.

Unterschrift:.....Datum.....

Die Teilnahmegebühr beträgt **pro Person € 450,00**
inklusive 10 Einheiten (á 2h), Vorgespräch, Buch,
Material und Lebensmittel für Kocheinheiten.
Das Fehlen an Kurseinheiten führt zu keiner
Rückzahlung der Teilnahmegebühr für die fehlenden
Einheiten.

Die unterfertigte Anmeldung ist per Post, @-Mail oder
persönlich beim Erstgespräch zu übermitteln.

Die Kursgebühr ist beim Erstgespräch in Bar zu
begleichen.