



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Wohlfühlgewicht: Was ist das und wie kann ich es erreichen?

Themenbereich

Kochen, Essen, Trinken

Kursbeschreibung

Du lernst auf die Bedürfnisse deines Körpers zu hören und bekommst einfache Grundsätze, Methoden und Leitlinien in die Hand, die dich bei deinem Weg zum Wohlfühlgewicht und dauerhafter Gesundheit unterstützen. Mit Infos zu gesunden Lebensmitteln und Rezepten gelingt die Umsetzung auch im Alltag.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

21.05.2024

Ende

21.05.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

13:00 Uhr

Dauer

240 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Mühlen / Sand in Taufers

Zielgruppe

Referent/in

Gertrud Knapp

Gebühr

85 €

Anmeldeschluss

21.05.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Ansprechperson

Tel.
Email

Detailseite zum Kurs

-



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it