



Ernährungskurs „Abnehmen leicht gemacht“

Der Weg zum Wohlfühlgewicht ist meist nicht einfach und alleine nur schwer zu bewältigen.

Unser Ernährungskurs „Abnehmen leicht gemacht“ bietet Ihnen eine professionelle Begleitung durch zertifizierte Ernährungsfachkräfte.

Während des Kurses werden theoretische Hintergründe zur Ernährungsumstellung verständlich erklärt und die praktische Umsetzung durch alltagstaugliche Rezepte und Tipps erleichtert. Das wöchentliche Treffen und der Austausch in der Gruppe motivieren zum Dranbleiben.

Der Kurs findet wöchentlich statt und ist fortlaufend.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Kurszeiten: Dienstag 17:00-18:00 Uhr

Dauer: 3 Monate (12 Kurseinheiten)

Kosten: 239,00 Euro

Eine Kostenübernahme der Krankenkasse ist möglich.

Ihre Anmeldung oder Fragen nehmen wir gerne an unserem Empfang oder per Mail entgegen: s.schmilewski@medicum-hamburg.de

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!



Besuchen Sie unsere Website: www.medicum-hamburg.de



oder folgen Sie uns auf Facebook