



**Neu - Workshops in 76726 Germersheim, Marktstraße 5:
- Anmeldungen bitte bis spätestens drei Tage vorm Termin -**

Freitag, 03.05.2019, 15 Uhr

Essen für Zwei? - Ernährungstipps in der Schwangerschaft

Dauer: 1,5 Stunden

Preis: 20 €

Samstag, 11.05.2019, 15 Uhr

Gewicht abnehmen leicht gemacht – ohne Hungern bis zum Wohlgefühl

Optimieren Sie Ihr Gewicht auf gesunde Art und Weise, ohne Druck und Jo-Jo-Effekt

Dauer: 2 Stunden

Preis: 35 €

Donnerstag, 16.05.2019, 17 Uhr

Vegetarische Küche – Fleisch und Fisch einfach weglassen?
Nein – Bitte sinnvoll ergänzen!

Dauer: 2 Stunden

Preis: 35 €

Mittwoch, 22.05.2019, 17 Uhr

Wir bereiten Gemüsewürze, Sesamsalz und Ketchup zu –
frei von Zusatzstoffen

Dauer: max. 2 Stunden

Preis: 15 €

Alle Veranstaltungen inkl. Skript und Imbiss

Teilnehmerzahl: mind. 3 – max. 6, Preise pro Teilnehmer

