



Weniger ist manchmal mehr - Gewichtsreduktion durch ausgewogene und bedarfsangepasste Ernährung

Datum	Montag, 12.1.2026 um 19:30 Uhr
Dauer	10 Termine mit jeweils 90 Minuten
Inhalt	Grundkurs zur Gewichtsreduktion durch Umstellung der Ernährung und des Ernährungsverhaltens.
Teilnehmerzahl	7 - 9