



Ernährung + Nährstoffe

Welche Nährstoffe sind für mich wichtig?

Welche Ernährung ist für mich die Richtige?

Basis Seminar zum Thema Nährstoffe

4 Module zu je 2 Stunden

Erfahren Sie was sich hinter den einzelnen Nährstoffen verbirgt, wie diese verstoffwechselt werden und was im Körper damit passiert.

Modul 1 – Kohlenhydrate

Modul 2 – Fette

Modul 3 – Eiweiße

Modul 4 – Vitalstoffe

Jedes Modul ist einzeln buchbar oder auch als Komplettpaket

Preis für die Module 1 bis 4: 156,- €

Preis für ein Einzelmodul: 45,- €

Das Seminar ist so angelegt, dass keine Vorkenntnisse nötig sind.

Termine:

01.03.22 – 18:00 bis 20:00 Uhr

08.03.22 – 18:00 bis 20:00 Uhr

15.03.22 – 18:00 bis 20:00 Uhr

22.03.22 – 18:00 bis 20:00 Uhr

Veranstaltungsort: Praxis Kirsten Dehne, Langemarckplatz 11 in Erlangen

Referentin: Kirsten Dehne, ganzheitliche Ernährungsberaterin