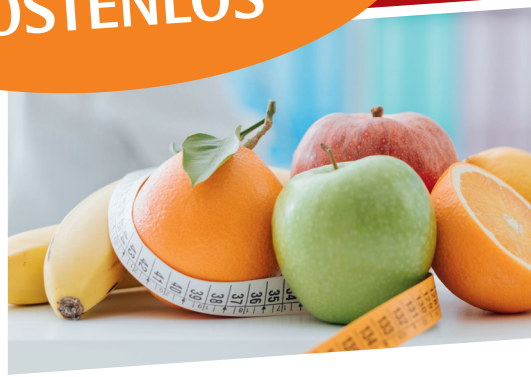
AKTIVITA

Für alle AKTIVITA-Mitglieder KOSTENLOS



Jeden letzten Mittwoch im Monat | 19:30–20:30 Uhr
Wo? Im AKTIVITA Fitness+Sport – Schulallee 28

AKTIVITA-Ernährungsberatung

Frage-Infostunde für alle AKTIVITA-Mitglieder

mit Sabine Elahi (Dipl. Oecotrophologin)

- Ernährung zum Muskelaufbau
- Ernährungsumstellung, auch bei Unverträglichkeiten
- Gewichtszunahme/Gewichtsabnahme
- Trainingsbegleitung
- Tipps für eine gesunde Ernährung

Auf Wunsch ist auch eine individuelle Einzelberatung möglich.

Um eine vorherige Anmeldung über unsere jeweiligen Standorte wird gebeten.

www.aktivita-lorenz.de