

Ganzheitliche Gewichtsreduktion Lyss



Möchtest du dein Gewicht langfristig durch eine gesunde, ausgewogene Ernährung, durch Bewegung und Achtsamkeit im Alltag reduzieren? Ohne Verbote und strikte Vorgaben, sondern mit Genuss und gesteigertem Bewusstsein?

Mit dem **Gruppenkurs** schaffst du es, deinen **Lebensstil** nachhaltig zu verändern – dafür nehmen wir uns acht Monate Zeit.



Zeit

18.15 - 19.30 Uhr



Ort

Lyss, Netzwärkstatt



Daten

14. März - 07. November 2023,
jeweils am Dienstag



Preis

CHF 490.- für 10 Lektionen à 75 Minuten



Mail

info@bauchsignale.ch



Telefon

076 531 99 33



Weitere Infos

www.bauchsignale.ch



Kursleitung

Benita Rauch, Ernährungsberaterin BSc BFH

