



Walk & Talk im Park

ERNÄHRUNG IN BEWEGUNG

Jeden 2. Donnerstag

ab 27.02.2025

17:30-18:30

Treffpunkt

Eingang Kurpark Ecke Café Tempel
(Weinstraße Nord 42, DÜW)

Anmeldung nicht erforderlich

Kostenfrei

Die Tage werden allmählich länger, die Fastenzeit steht vor der Tür, und nach dem Winterschlaf ist es an der Zeit, Vorsätze für eine gesündere Ernährung und mehr Bewegung umzusetzen.

Gemeinsame Treffen mit Gleichgesinnten und regelmäßige, moderate Bewegung können helfen, die Motivation zu stärken und neue Energie zu schöpfen, um die eigenen Vorhaben Wirklichkeit werden zu lassen.

Als zertifizierte Ernährungsberaterin stehe ich euch mit Rat und Tat zur Seite.

Macht mit – ich freue mich auf gute Gespräche und regen Austausch!

Gundula Diehl