



20.09.2018

Presseinformation

Der Weg zum Wohlfühlgewicht

Karlsruhe (scnk). In dem Kurs „Der Weg zum Wohlfühlgewicht“ gibt Ihnen Ernährungsberaterin Kerstin Siech wertvolle Tipps, wie Sie Ihrem Wohlfühlgewicht ein Stück näher kommen können. Neben der Ermittlung des aktuellen Standes und einem Blick auf die Essgewohnheiten, erhalten Sie bei den vier Kurseinheiten einen Einblick in die Ernährungslehre und Hinweise, wie man motiviert bleibt. Alle Termine sind eine Kombination aus Ernährungsberatung und sanften Yoga-Übungen für jedermann. Der Kurs beginnt am Mittwoch, den 10.10.2018 und findet zwischen 10:30 – 12:30 Uhr im AWO Haus der Familie, Kronenstraße 15 in 76133 Karlsruhe statt. Kosten: 55,-€.

Anmeldung telefonisch unter der: 0721/ 35007-122 oder per E-Mail an: s.wenz@awo-karlsruhe.de Weitere Informationen finden Sie auch unter www.awo-kurse-karlsruhe.de

Ansprechpartnerin:

Somajeh Noheh-Khan
Unternehmenskommunikation
AWO Karlsruhe gemeinnützige GmbH
Rahel-Straus-Straße 2
76137 Karlsruhe

Tel.: 0721 35007-168

Fax: 0721 35007 – 170

Mail: s.noheh-khan@awo-karlsruhe.de

Detailinformationen über die Angebote der AWO Karlsruhe gemeinnützige GmbH finden Sie auf unserer Internetseite: <http://www.awo-karlsruhe.de/awo-karlsruhe.html>