



INFORMATIONSV ERANSTALTUNG

GESUND ABNEHMEN VERSTEHEN**Warum die Waage nicht die ganze Wahrheit zeigt**

Sie bemühen sich – aber das Gewicht bleibt?

In dieser Informationsveranstaltung erfahren Sie verständlich und alltagsnah, warum gesundes Abnehmen mehr ist als reine Kalorienreduktion. Im Mittelpunkt stehen Ernährung, Stoffwechsel und Hormone.

Sie erfahren außerdem, warum die Waage allein oft zu wenig zeigt und wie eine BIA-Messung helfen kann, den Körper differenzierter zu betrachten.

Themen

- ✓ **Abnehmen verstehen** statt Diät starten
- ✓ Warum reine Kalorienreduktion oft nicht reicht
- ✓ Insulin, Blutzucker & Heißhunger im Blick
- ✓ **Stoffwechselbremsen** erkennen
- ✓ Ernährung, die in den Alltag passt
- ✓ **BIA-Messung:** Was Ihr Körper wirklich zeigt

naturheilpraxis-
ackermann.com**Jetzt Platz sichern:****0175 55 47 095****info@naturheilpraxis-ackermann.com****INKLUSIVE KOSTENFREIER BIA-MESSUNG****Jeden 2. Mittwoch im Monat**

19:00 - 20:00 | Heilpraktikerzentrum Gersthofen

Donauwörther Straße 3 | 86368 Gersthofen