



# INFORMATIONSV ERANSTALTUNG

## GESUNDES ABNEHMEN

Sie bemühen sich – aber das Gewicht bleibt?

In dieser Informationsveranstaltung erfahren Sie verständlich und alltagsnah, welche Rolle Stoffwechsel, Ernährung, Blutzucker und Körperzusammensetzung beim gesunden Abnehmen spielen.

### Themen

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



[naturheilpraxis-ackermann.com](http://naturheilpraxis-ackermann.com)

**Jetzt Platz sichern:**

**0175 55 47 095**

**[info@naturheilpraxis-ackermann.com](mailto:info@naturheilpraxis-ackermann.com)**



**INKLUSIVE KOSTENFREIER BIA-MESSUNG**

**Jeden 2. Mittwoch im Monat**

19:00 - 20:00 | Heilpraktikerzentrum Gersthofen

Donauwörther Straße 3 | 86368 Gersthofen