

## Weight Management Program

# BALANCE PLUS+

*Gesundheit und Vitalität*

*fürs Leben*

Veranstalter:

NSA-Center RO u. Kosmetik Eigenstetter



Dienstag,  
31.01.2012

Kosmetikstudio Unterhaching

19:00 Uhr bis ca. 21:30 Uhr

Referent: Markus Kodura,

Gesundheits-Berater / spezialisiert auf gesunde Ernährung

Ort: Kosm. Eigenstetter / Hofmarkweg 5 /  
82008 Unterhaching

### Gesundes Gewicht

Warum viele Diäten nicht funktionieren.  
Gerüchte, Irrtümer und Fakten der Ernährung.  
**Modernes und gesundes  
Gewichtsmanagement.**

- **Körperfett / Muskelmasse**  
Ihre wirklichen Biomarker für ein vitales Leben bis ins hohe Alter.
- **Vitalität, Energie und Lebensfreude**  
**Essen Sie die richtigen Fette, Proteine und Kohlenhydrate.**  
Die Bedeutung der Mikronährstoffe.
- **Intelligente Ernährung** *Hungern macht dick!* Wohlfühlgewicht erreichen und halten.
- **Das Programm mit viel Spaß und Motivation** / Gewichtsmanagement mit BALANCE PLUS+
- **Schlank und vital**  
Das Ziel mit BALANCE PLUS+:  
Moderates, gesundes Gewichtsmanagement



„Eure  
Nahrung sei Eure Medizin -  
und Eure Medizin sei Eure Nahrung!“  
(Hippokratess)

## Termine des 4 Wochen Programms BALANCE PLUS+

Erster Termin am 31.01.2012 um  
19:00 – 21:30

3 weitere Termine am Montag 07.02. /  
14.02. u. 21.02.2012 jeweils  
19:00 Uhr – 21 Uhr

Tel. Auskunft unter 0171/57084 u.  
08061/391578 Herr Kodura

**Kostenbeitrag: 28.-€**  
**(für 4 Abende)**