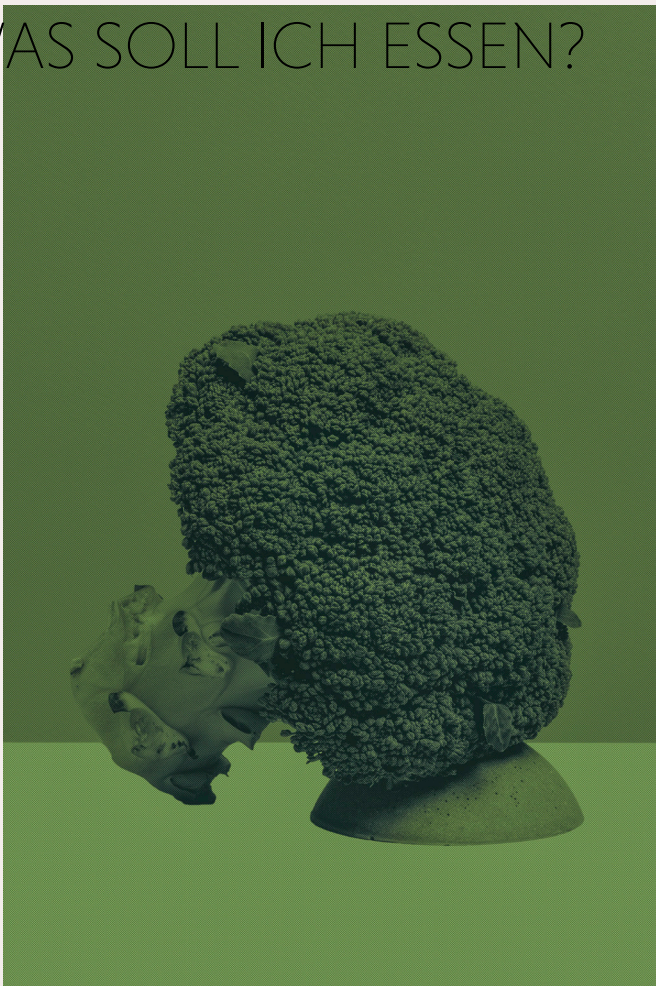


TIEMPO PILATES

X

MICHAEL BURGER

ERNÄHRUNG AKTUELL
WAS SOLL ICH ESSEN?



22. MAI 2019 // 19:15–21:45 UHR

VORTRAG IM QUADRAT
IN ZOLLIKOFEN

ERNÄHRUNG AKTUELL - WAS SOLL ICH ESSEN?

Fragen über Ernährung bewegen viele Menschen. Der Diätendschungel wird immer dichter und grösser. Die Verunsicherung auch. In diesem Vortrag erfahren Sie hochspannende Fakten, neuste wissenschaftliche Erkenntnisse und bewährte, einfache und hilfreiche Prinzipien für eine individuell ausgestaltete, aber „gluschtige“, gesunde und nachhaltige Ernährungsweise.

Dieser Abend wird den Horizont erweitern und fundierte Fakten bringen, damit sie die Frage „Was soll ich essen“ auf einer noch solideren Grundlage für sich beantworten können.

Michael Burger setzt sich seit fast 25 Jahren intensiv mit verschiedenen Ernährungsrichtungen, Trends und wissenschaftlichen Erkenntnissen rund ums Essen beruflich auseinander.

ANMELDUNGEN

info@tiempo-pilates.ch
079 343 15 96

PREIS INKL.
MINI-APÉRO

35.-

Ernährung aktuell
Was soll ich essen?

Vortrag mit Michael Burger von Vitapower

Am 22. Mai 2019

Von 19:15–21:45 Uhr

Im Quadrat Zollikofen, Bernstrasse 178, 3052 Zollikofen

Zwei Blöcke à 45 Minuten mit jeweils 10 Minuten Pause,
Mini-Apéro und Q&A

