



Du hast es satt...
Kalorien zu zählen, erlaubtes und verbotenes Essen,
Trenddiäten

Du möchtest dir nie wieder Gedanken über Diäten machen
und endlich dein Wunschgewicht erreichen?

Das ganzheitliche 12 Wochenprogramm von Lebe leichter hilft
dir nicht nur beim abnehmen und Gewicht halten, es fordert
dich heraus **DAS BESTE AUS DEINEM LEBEN ZU MACHEN**

**LEBE LEICHTER – das Konzept, das aufgeht
Genial normal zum Wunschgewicht**

Das Alterszentrum Mühlefeld in Erlinsbach bietet diesen Lebe Leichter-Kurs an.

Beginn: Donnerstag, 22. August 2024, 19 Uhr

**Weitere Termine: Wöchentlich jeden Donnerstag (Ferien 19.09.24 und 26.09.24)
Kursende 21. November 2024**

Kosten: 229 CHF, inkl. Buch und Planer

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, daher ist eine rasche Anmeldung ratsam.

Für nähere Informationen und Anmeldungen gerne per Mail an Renate Bütler.

lebeleichter-rb@outlook.com

<https://www.lebe-leichter.ch>