



Vortrag
**«Maximale Leistung
dank gesunder Ernährung»**

Donnerstag, 21. Oktober 2021, 20.00 – ca. 21.30 Uhr

Pfrundscheune, Oberdorfstrasse 5a, 3752 Wimmis

Kommt es vor, dass Sie sich gestresst und unkonzentriert fühlen? Einen ausgezeichneten Job machen, sich sportlich betätigen, Kinder erziehen oder Haus und Garten in Schuss halten, das alles braucht Energie und gelingt einfacher mit einem gesunden und leistungsfähigen Körper.

Trotzdem kennen wir alle das Dilemma mit dem übervollen Terminkalender und der fehlenden Zeit für eine ausgewogene Ernährung. Abwechslungsreich, praxisnah und klar transferiert Karin Allenbach Ernährungsempfehlungen in den anspruchsvollen Alltag und beweist, dass bedarfsgerecht Essen ein Trumpf ist, den es auszuspähen lohnt.

Kosten Für Mitglieder des Elternvereins Wimmis Eintritt frei
Nichtmitglieder: CHF 20, Abendkasse

Anmeldung: via Kontaktformular auf www.elternverein-wimmis.ch
Anmeldeschluss 14. Oktober 2021! Eine allfällige Absage des Vortrages aufgrund fehlender Anmeldungen wird auf der Website kommuniziert.

Gemäss Vorgaben des BAG ist der Zutritt nur mit gültigem Covid-Zertifikat möglich.



www.elternverein-wimmis.ch
kontakt@elternverein-wimmis.ch

www.karinallenbach.ch
info@karinallenbach.ch