

DIE ERNÄHRUNGSPYRAMIDE

Mini Workshops für mehr Vitalität und Wohlbefinden durch gesunde Ernährung

**10.03.2026 → Deine Energie-Bilanz:
Die smarte Art, deinen Kalorienumsatz zu berechnen**

17.03.2026 → Bausteine der Ernährung

26.03.2026 → Der Darm - mehr als nur ein Verdauungsorgan

14.04.2026 → Ernährung für mehr Energie, Fokus & Stressresistenz

21.04.2026 → Langfristige Gesundheitsstrategien

**mit zertifizierter Ernährungsberaterin
Nadine Wolf**

(Anmeldung bitte unter nadine.wolf2022@gmail.com)



**Wir Rauner, Eichendorffstraße 73
in Kirchheim unter Teck**



**7,00 € pro Vortrag
(Barzahlung oder Paypal möglich)**



von 18:00 bis 19:15 Uhr

