



TAG DER ERNÄHRUNG am Sonntag, 7. März 2021

Der Kneipp-Verein Spiesen feiert mit interessanten kostenlosen online Vorträgen und einer online Detox-Yogastunde.
Alle Interessierten sind herzlich eingeladen daran teilzunehmen.

Montag, 01.03.2021

Intervallfasten - Vortrag mit Kerstin Wohnig, Fastenleiterin SKA

Mittwoch, 03.03.2021

Darmbarriere und Ballaststoffe - Vortrag mit Marie Heidenfelder,
Fachberaterin für Bauchgesundheit i.A. SKA

Freitag, 05.03.2021

Detox-Yoga - Mitmachstunde mit Ute Born-Hort, Yoga-Lehrerin SKA

Samstag, 06.03.2021

Antivirale Ernährung und Stärkung der Leber -
Vortrag Kyra Nawrocki, Gesundheits- & Ernährungsberaterin

Weitere Auskünfte und Anmeldung: Kneipp-Verein Spiesen e.V.

Ute Born-Hort, Tel. 06821 - 91 45 900

anmeldung@kneipp-verein-spiesen.de