



TURNVEREIN VON 1903 VOLMARSTEIN E. V.

---

# **Ernährungs-Workshop „Schwer in Action“ beim Turnverein Volmarstein**



**Übergewicht ist eines der größten Probleme unserer Zeit. Unzählige Folgeerkrankungen können daraus entstehen.**

**Jedes Kilogramm, das Ihr verliert, nützt langfristig Eurer Gesundheit. Tipps zum gesunden Abnehmen erfahrt ihr in unserem Workshop.**

**Los geht's!**

**Wir planen im Anschluss regelmäßige Sport- und Ernährungstreffs**

**Wann: Sonntag, 15. Februar 2009, 14-18 Uhr**

**Wer: Für „jederfrau“ und jedermann!**

**Wo: Turnhalle Köhlerwaldstraße**

**Mit: Diplom Sport- und Fitnesstrainerin Meike Hoppmann**

**Wieviel: 8 € pro Person inkl. Wasser und Material**

**Anmeldungen und weitere Infos: Meike Hoppmann, Tel: 02335/683630 oder [meike.hoppmann@tv-volmarstein.de](mailto:meike.hoppmann@tv-volmarstein.de)**