

# „Erfolgreich abnehmen“

## Mit 50- Plus

**Leitung:** Sabine Schmid (staatl. geprüfte Diätassistentin, Adipositas-therapie VDD)

**Uhrzeit:** montags **16.30 – 17.30 Uhr kostenfrei**

**Termine:**

07.01.2019	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine
21.01.2019	Teil 3	Ernährungsbedingte Beschwerden & Ernährung nach OP
04.02.2019	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine
18.02.2019	Teil 3	Ernährungsbedingte Beschwerden & Ernährung nach OP
04.03.2019	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine
18.03.2019	Teil 3	Ernährungsbedingte Beschwerden & Ernährung nach OP
01.04.2019	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine
15.04.2019	Teil 3	Ernährungsbedingte Beschwerden & Ernährung nach OP
06.05.2019	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine
20.05.2019	Teil 3	Ernährungsbedingte Beschwerden & Ernährung nach OP
17.06.2019	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine



**Ort:** AMC-Wolfartklinik, Ruffiniallee 17, Seminarraum 1.UG

## *Bewegungstherapie bei Adipositas*

**Leitung:** Stefanie Keller (Sporttherapeutin)

**Uhrzeit:** jeweils **17.00 – 18.00 Uhr**

**Termine:** immer donnerstags (außer an Feiertagen)

10.01.2019	17.01.2019	24.01.2019	31.01.2019	
07.02.2019	14.02.2019	21.02.2019	28.02.2019	
07.03.2019	14.03.2019	21.03.2019	28.03.2019	
04.04.2019	11.04.2019	18.04.2019	25.04.2019	
02.05.2019	09.05.2019	16.05.2019	23.05.2019	
06.06.2019	13.06.2019		27.06.2019	
04.07.2019	11.07.2019	18.07.2019	25.07.2019	
01.08.2019	08.08.2019		22.08.2019	29.08.2019
05.09.2019	12.09.2019	19.09.2019	26.09.2019	
	10.10.2019	17.10.2019	24.10.2019	31.10.2019
07.11.2019	14.11.2019	21.11.2019	28.11.2019	
05.12.2019	12.12.2019	19.12.2019		

**Ort:** AMC-WolfartKlinik, Ruffiniallee 17, Seminarraus UG

**Kosten:** keine

-----  
**Rückfragen gerne bei Sabine Schmid (Diätassistentin)**

