

„Erfolgreich abnehmen“

Mit 50- Plus

Leitung: **Sabine Schmid** (staatl. geprüfte Diätassistentin)
Monasita Studer (staatl. geprüfte Diätassistentin)
Esther Bauer (staatl. geprüfte Diätassistentin)

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

Termine: Bitte melden sie sich vorab per Mail an. Danke

11.01.2021	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine
25.01.2021	Teil 3	Ernährungsbedingte Beschwerden & Ernährung nach OP
08.02.2021	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine
01.03.2021	Teil 3	Ernährungsbedingte Beschwerden & Ernährung nach OP
22.03.2021	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine
12.04.2021	Teil 3	Ernährungsbedingte Beschwerden & Ernährung nach OP
26.04.2021	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine
17.05.2021	Teil 3	Ernährungsbedingte Beschwerden & Ernährung nach OP
07.06.2021	Teil 2	Eiweißphase vor OP, Kostaufbau, Vitamine
21.06.2021	Teil 3	Ernährungsbedingte Beschwerden & Ernährung nach OP



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

oder zum **Online-Kurs** zu den **oben genannten Terminen** jeweils von **15.30 - 16.30 Uhr**. Hierfür müssen Sie sich bitte vorab per Mail (schmid@wolfartklinik.de) oder telefonisch (089/8587-4922) **anmelden**.

Bewegungstherapie bei Adipositas

Leitung: **Stefanie Keller** (Sporttherapeutin)

Uhrzeit: jeweils **17.00 – 18.00 Uhr**

Termine: immer donnerstags (außer an Feiertagen)

07.01.2021	14.01.2021	21.01.2021	28.01.2021	
04.02.2021	11.02.2021	18.02.2021	25.02.2021	
04.03.2021	11.03.2021	18.03.2021	25.03.2021	
01.04.2021	08.04.2021	15.04.2021	22.04.2021	29.04.2021
06.05.2021		20.05.2021	27.05.2021	
	10.06.2021	17.06.2021	24.06.2021	

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

Kosten: **keine**

Aufgrund von Covid-19 und somit beschränkter Teilnehmerzahl nur mit Voranmeldung für jeden Termin per Mail oder Telefon.

Rückfragen und Anmeldung gerne bei:

Sabine Schmid Tel.: 089/8587-4922 **schmid@wolfartklinik.de**

Monasita Studer Tel.: 089/8587-4925 **studer@wolfartklinik.de**

Esther Bauer Tel.: 089/8587-4917 **bauer@wolfartklinik.de**