



# ICH nehme ab!

Das zertifizierte Kurssystem der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).

Mit Kostenbeteiligung durch die Krankenkassen!

- das Konzept ist zertifiziert
- 12 Termine mit je 90 Minuten
- jetzt für die zweite Staffel 2020 anmelden und durchstarten!



---

## ICH nehme ab (in Menden, Frauen und Männer aller Altersklassen)

Erster Kurstermin: **Do. 03.09.2020**,  
i.d.R. wöchentlich donnerstags von 18.30 – 20.00 Uhr (außer Ferien & Feiertage)  
Letzter Kurstermin: **Do. 03.12.2020**

---

### Infoveranstaltung: (unverbindlich & kostenlos)

Donnerstag      Do. 27.08.2020, 18.30 – 19.30 Uhr  
Praxis Gerling, Horlecke 15, 58706 Menden  
danach anrufen: **02373 / 916 1202**

---

Können Sie am Infoabend nicht, dann vereinbaren Sie einen Termin für eine persönliche Beratung. Ich freue mich auf Sie! (02373 / 916 1202). Ausführliche Infos finden Sie auf der Webseite: [www.ernaehrungspraxis-gerling.de](http://www.ernaehrungspraxis-gerling.de)

- Abnehmen mit Einzelberatung ist natürlich auch möglich.

