

Trink dich fit - Onlineworkshop

Kursnummer	262GB1000
Beginn	Samstag, 26.09.2026, 15:00 - 17:30 Uhr
Dauer	1 U-Tage
Kursort	Online- Kurs
Gebühr	25,00 €
Teilnehmer	1 - 99
Kursleitung	Annkatrin Seidler

Kursbeschreibung:

Mehr Wohlbefinden - Schluck für Schluck!
In diesem Workshop erfährst Du:

- ? wie viel Flüssigkeit dein Körper wirklich braucht
- ? welche Getränke dich optimal unterstützen
- ? wie du spielerisch mehr trinkst ganz ohne Druck
- ? wie gesunde Trinkgewohnheiten zur täglichen Routine werden

Ideal für alle, die mehr Energie, Leistungsfähigkeit und Leichtigkeit im Alltag möchten

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
26.09.2026	15:00 - 17:30 Uhr	Online- Kurs