



Vital und gesund Paket 60+

Neu!

Modul 3 Gesund essen und trinken



Kursinhalte

Auf was sollte bei unserem "Essen und Trinken" besonders geachtet werden und wie kann ich meinen Speiseplan gesund und abwechslungsreich gestalten? An den letzten beiden Terminen werden wir gemeinsam kochen (ein gesundes Frühstück und ein gesundes Mittagessen).

Wann **Donnerstag, ab 08. 03. 2012 (4 Termine)**

Uhrzeit 9:15 - 10:45 Uhr (1. und 2. Termin)

Ort Gewölbekeller Schlössle in Oeffingen

Referentin Ernährungsfachkraft

Gebühr* 32,- € OeFit und TV Oe Mitglieder
40,- € Nichtmitglieder

* Gebühr inkl. der verwendeten Lebensmittel

Anmeldung bitte über die Geschäftsstelle des TV Oeffingen,
Schulstr. 14, 70736 Fellbach-Oeffingen, Tel. 0711 – 51 17 07