

Longevity - ein gesundes und langes Leben!



Vortrag über Gesundheit, langes Leben, präventives Blutbild, „gesunde Ernährung“ & Co

DU machst Dir Gedanken über das Altern und Deine Zukunft?

DU möchtest einen gesunden und leistungsfähigen Körper durch ein starkes Immunsystem, jetzt und auch im Alter?

DU möchtest Dich in DEINEM Körper wohlfühlen und bist an Prävention und Gesunderhaltung interessiert?

WAS erwartet DICH?

- Du erfährst die wichtigen Parameter für Langlebigkeit und optimale Gesundheit.
- Fakten über Gesundheit, präventives Blutbild wie Cholesterin, Schilddrüse, etc. und den Bedarf an essentiellen Nährstoffen für Deinen Körper.
- Wissen über nachweisliche Mängel in der Bevölkerung und wie/wo du es selbst testen kannst.

www.bewegungswerkstatt.eu

**Fr. 6. Dezember
2024**

WO? Alte Volksschule,
Hauptstraße 6, 9071
Köttmannsdorf.

WANN? 18.30 - 20h30

WER? Michael Haberberger,
Sportwissenschaftler
Gepr. Mikronährstoffcoach

Um Anmeldung wird gebeten:
067761663504

Vortrag kostenfrei!


**BEWEGUNGS
WERKSTATT**
PERSONALTRAINING | BEWEGUNGSTHERAPIE | YOGA