



Gesundes Ried

FAST FOOD ODER SLIM FAST?

**WISSEN WAS STIMMT.
EIN KOCHKURS FÜR
TEENIES UND KINDER.**

mit **Viktoria Stranzinger**



cook up kitchen



GESUNDE ERNÄHRUNG FÜR TEENIES UND KINDER VON 10-14 JAHREN

mit Viktoria Stranzinger

in der „cook up kitchen“ (Seyring 3, 4971 Aurolzmünster)

Unser Kochkurs richtet sich an Kinder und Jugendliche von 10-14 Jahren. Und damit eine Ernährungsumstellung gut gelingen kann, lernen die Eltern bei der Elterninformation alles Wissenswerte, um ihre Kinder beim Abnehmen unterstützen zu können.

Die Expertin für gesunde und leckere Gerichte und Kochgiganten-Gewinnerin Viktoria Stranzinger bringt den Kindern den natürlichen Umgang mit Lebensmitteln, die genuss- und sinnvolle Auswahl und die eigenhändige Zubereitung näher. Dabei stehen der Spaß, die Freude und der Genuss im Vordergrund.

Unsere Experten informieren die Eltern zeitgleich darüber wie sie ihr Kind beim Erreichen der Ernährungsumstellung unterstützen können. Sie erfahren alles Wissenswerte aus den Bereichen, Medizin, Ernährung, Bewegung und psychologische Beratung bei Übergewicht.

WIR FREUEN UNS AUF EURE
TEILNAHME!

Gesamtpaket
€39,00

Kosten gelten pro TeilnehmerIn
inkl. Begleitperson
(für die Begleitung gibt es parallel
informative Programmpunkte)



Wir bieten einen **Basiskurs** (€ 19,00) an, der alleine gebucht werden kann.

Allerdings empfehlen unsere Experten, die **3 weiteren Zusatzmodule** (+ € 20,00) für einen nachhaltigen Erfolg ebenfalls zu besuchen.

KURSTERMINE:

Basiskurs: 17.01.2022

Modul 1: 10.02.2022

Modul 2: 10.03.2022

Modul 3: 05.04.2022

Infos und Anmeldung unter

Tel. 0 77 52 / 602 932 51 od. info@gesundesried.at

 Gesundes Ried

www.gesundesried.at