



Balance i Sundhed

Gymnastikudvalget inviterer til informationsaften med Dorthe Bjerre, hvor hun fortæller om ”Balance i Sundhed” og det vægttabsforløb hun tilbyder.

Torsdag d. 17. september kl. 19.30-21.30 i Klubhuset, Vind.

Tilmelding skal ske senest d. 14. september til Ulla Boesen på tlf. 20 78 65 04.

Arrangementet er gratis.

Efter arrangementet vil der være mulighed for at tilmelde sig et 10 ugers gruppeforløb. Forløbet vil forgå i Klubhuset i Vind torsdage kl. 19.30-21.00 med start d. 24. september. Forløbet koster 2.000 kr.

Forløbet er for dig, som gerne vil forstå dig selv og dine spisemønstre, og som gerne vil opnå et varigt vægttab. Dette forløb er for dig, som vil bryde disse trælse gentagelser og vaner – samt få styr på kiloene og din accept af dig og din krop. Se mere på www.balanceisundhed.dk.

Har dette vakt din nysgerrighed så kom den 17. september og hør mere om Balance i Sundhed og forløbet med Dorthe som coach.

Ved spørgsmål til arrangementet eller det 10 ugers forløb kan Ulla Boesen kontaktes.