

NEUSTART Gesundheit

René Hille

V Einladung zum VORTRAG

16. März 2025

Einlass: 12:30 Uhr

Beginn: 13.00 Uhr

Ende: 16.00 Uhr

Wo: Kino Loft Oberstdorf
Ludwigstr. 7
87561 Oberstdorf

Eintritt: 12,- Euro

Hier online buchbar:



Link zur Buchung



NEUSTART Gesundheit

René Hille

V Inhalt vom VORTRAG



Teil 1

- Das Gesundheitskarusell
- Gesundheit beginnt im Kopf
- Was ist Gesundheit?
- Bin ich noch gesund?
- Symptome – Warnsignale des Körpers
- Grundeinflüsse auf die Gesundheit
- Ernährung – Oberhaupt der Gesundheit
- Vitalstoffe – Lebensenergie und Zellschutz

Teil 2

- Vitalstoffbedarf und Angebot
- bioLOGISCHE Nahrungsergänzungen
- Makronährstoffe (Eiweiß, Kohlenhydrate und Fettsäuren) - Baustoffe unseres Körpers
- Der Darm – Die Wurzel der Gesundheit
- Bewegung – Zum Laufen geboren
- Entspannung und Erholung
- Soziale Gesundheit
- Lebensqualität & Wohlbefinden

**Teil 1 und Teil 2 gibt es eine
20-minütige Pause!**