

FOGYI KLUB

Indul az EFI fogyi klub !

Három havonta induló fogyi csoportjainkban nem csupán a fogyás és a testtömeg-csökkentés a cél, hanem az életmódváltás, az egészséges táplálkozás és aktív életvitel elérése is.



Ehhez nyújt segítséget az EFI:
általános állapotfelméréssel, melynek időpontja:

2016.05.12. csütörtök, 16:00 órától

- előadással fogyókúra és egészséges táplálkozás témában
- rendszeres visszamérésekkel a testsúlycsökkenés és az egészségi állapot javulásának követésére
- információs anyagokkal, mintaétrendekkel
- motivációval és támogatással

Részt vehet sportprogramjainkon és igénybe veheti dietetikus által végzett egyéni táplálkozási szaktanácsadásunkat is!

Együtt a fogyás is könnyebb!



Helyszín:

Rétsági Kistérségi Egészségfejlesztő Központ Nonprofit Kft.

Rétság, Laktanya u. 5.

EFI iroda

!!! Előzetes bejelentkezés szükséges !!!

Részvételi szándékát jelezheti a 35/550-582 telefonszámon, személyesen az EFI irodában vagy efi@retsagrendelo.hu email címen.

A részvétel **INGYENES**.

MINDEN FOGYNI VÁGYÓT ÉS ÉRDEKLŐDŐT SZERETETTEL VÁRUNK!