

Online training Voeding en Gezondheid

Gun jezelf nieuwe energie!

Wat leer je?

- › Praktische tips over gezond eten
- › Meer over voedingsstoffen en etiketten
- › Hoe je gezond kunt afvallen
- › De relatie tussen bewegen en voeding

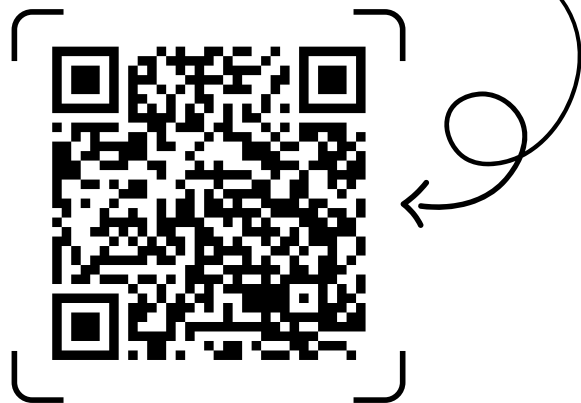
Meld je nu aan!

De training is gratis!

Voor iedereen met het Rotterdampakket
van zorgverzekering VGZ

**"Ik kan nu meer nadenken over m'n
toekomst omdat ik beter in m'n vel zit"**

Scan voor meer
informatie en aanmelden.



OVER DE TRAINING

Voor wie is de training?

- > Iedereen die zich vitaler en energiever wil voelen.
- > Iedereen die gezondheidsklachten ervaart of wil voorkomen.
- > Iedereen die nu eens echt in actie wil komen!

Hoe lang duurt de training?

- > Iedere week krijg je 1,5 uur les
- > De training duurt 4 weken

Wat heb je nodig voor de training?

- > Je beschikt over een mobiel, tablet of computer met WhatsApp
- > Je bent digitaal vaardig en weet hoe ZOOM werkt

Informatie over de training:



Data:

Iedere woensdag
okt: 08, 15, 29
nov: 05



Tijd:

19:30 – 21:00



Locatie:

online



Contactpersoon

Jennifer van Genderen



06-50233248



j.van.genderen@inmovement.nu

In samenwerking met:

