

# Einladung zum Reinschnuppern

**GESund**kochen & **Yoga** im **VITALIQ**

**Dienstag 06.11.2018** in der  
Waldschmidtstraße 2 in Frankfurt

**17:00 -19:00 Uhr Kochkurs** nach dem  
Prinzip GESund und Zeit für Gespräche zur  
gesunden Ernährung mit Marina Mohr und  
Miriam Eisenhauer (zert. Ernährungsberater)

**und/oder**

**19:30 Uhr** Ankommen im Yogaraum und  
„Fragen rund um Yoga“ sowie ab **20:15 Uhr**  
90 Minuten **Energizing Hatha Yoga** bei der  
Yogalehrerin Elena Teipel

Bitte verbindlich anmelden unter  
[info@gesundefrankfurt.de](mailto:info@gesundefrankfurt.de) (mit Vor-, Nachnamen  
und Telefonnummer und an was ihr teilnehmen möchtet)  
- solange freie Plätze verfügbar sind ☺

**Wir freuen uns auf Euer Kommen!!!**

[www.vitaliq.de](http://www.vitaliq.de)



auch bei **Facebook** und  
**Instagram**

Krankenkassenanerkannte  
**Ernährungs-beratung** von  
**Adipositas** bis **Zöliakie**



**Kochkurse** nach dem **Prinzip GESund**

**Ernährungsberatung & Psychotherapie**  
bei verunsichertem Essverhalten,  
emotionalem Überessen und Reizdarm-/-  
magenbeschwerden

**Bewegungsangebote:**

Di. **Feldenkrais** 18:30 bis 20:00 Uhr

Di. & Do. 20:15 bis 21:45 Uhr **Hatha Yoga**

Mo. & Mi. abends Präventionskurse nach §20 SGB V  
**Rücken-Fit, Bodyworkout** und **Hatha Yoga**

Mi. Vormittag **post-** und **pränatal** Yoga &  
Ganzkörpertraining