

Lust auf gesundes Kochen in kurzer Zeit?

Dann laden wir Sie herzlich zu unserem Kochkurs ein!
Entdecken Sie einfache Rezepte für eine gesunde Ernährung, die Sie in Ihren Alltag integrieren können – ideal für stressige Tage.



1 Mal / Monat

Uhrzeit: 17:00 – 18:30 Uhr

Wer? Alle IRENA- und RV-Fit-Teilnehmer

(für diesen Termin leisten Sie eine Unterschrift)

Inhalte des Kurses:

- Schnelle und gesunde Rezepte
- Tipps zur Zubereitung von Mahlzeiten in kurzer Zeit
- Möglichkeiten für eine ausgewogene Ernährung

Veranstaltungsort:

VAMED Rehazentrum Ulm

Einfach bei der Verwaltung (2.OG) anmelden und Ihren Platz sichern!

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und einen genussvollen Nachmittag!