

Bodymed-Kursplan

Stand 11.04.2024

Nr.	Datum	Kurseinheit
01	04.04.2024	Bodymed Programm Info und Kursstart
02	11.04.2024	Wie entsteht Übergewicht
03	18.04.2024	Warum Low Carb - Das Kohlenhydrat-Problem
-	25.04.2024	Kein Kurs
04	02.05.2024	Eiweiß der Schlüssel zum Erfolg
-	07.05.2024	Ausweichtermin nur Wiegen/Einzelberatung 18:00 Uhr
-	09.05.2024	Kein Kurs (Feiertag)
-	16.05.2024	Kein Kurs
-	23.05.2024	Kein Kurs
-	30.05.2024	Kein Kurs (Feiertag)
-	31.05.2024	Ausweichtermin nur Wiegen/Einzelberatung 16:00 Uhr
05	06.06.2024	Gewichtsreduktion war gestern, Abspecken ist das neue Ziel
06	13.06.2024	Wie mach' ich's ab sofort richtig
07	20.06.2024	Fett: Deutlich besser als sein Ruf
08	27.06.2024	Bewegung und Sport
09	04.07.2024	Genussmittel - Appetit und Hunger
10	11.07.2024	Ein starkes Immunsystem – und was man dafür braucht
11	18.07.2024	Säuren und Basen in Balance
12	25.07.2024	Dran bleiben - auf Dauer schlank sein
13	01.08.2024	Auf Dauer schlank mit dem Frühstücksfasten