

# SCHLANK AUF DAUER



## Programm zur Gewichtsreduktion für Erwachsene

NACH DEN RICHTLINIEN DER DGE (DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG)

Teilweise Kostenerstattung durch die Krankenkasse bei regelmäßiger Teilnahme!

8 x Di. ab 14.03.17  
18.00 bis 19.30 Uhr



### SIE HABEN GENUG ...

- ... vom Jojo-Effekt
- ... von Vorschriften und Verboten
- ... vom Extra-nach-Rezept-kochen

### SIE WOLLEN...

- ... keine Diätpläne (mehr)
- ... selbst entscheiden, was und wie Sie essen
- ... langfristig und auf gesundem Weg abnehmen?

### DANN ERLEBEN SIE BEI UNS ...

- ... einen innovativen Kurs mit alltagstauglichen Tipps
- ... einen Kochpraxisabend mit einem 7-Gänge-Abnehm-Menü
- ... einen Nordic Walking Abend für mehr Spaß an Bewegung

### KURSLEITUNG:

Barbara Haidenberger M.Sc., Diätassistentin,  
Diabetesassistentin DDG, Nordic Walking Instructorin DNV

### ORT:

SaniPlus Gesundheitszentrum am PEP  
Charles-de-Gaulle-Straße 6, 81737 München

### KURSGEBÜHR:

€ 159,00 (inklusive Lebensmittel, Kursunterlagen, ...)  
Die meisten Krankenkassen erstatten einen erheblichen Teil der Kosten!  
Bitte sprechen Sie mit Ihrer Krankenkasse über die Details!

**Anmeldung: mit dem Formular auf der Rückseite**

Schulungsgemeinschaft München Ost e.V.  
c/o SaniPep Apotheke, Ollenhauerstr. 6, 81737 München  
Telefon 089 / 67 80 48 24 – [www.schulung-muenchen-ost.de](http://www.schulung-muenchen-ost.de)

## Anmeldung für den Kurs der Schulungs-Gemeinschaft München Ost e.V.

Anmeldung abgeben beim Ernährungsteam der SaniPep Apotheke  
per mail an orga@schulung-muenchen-ost.de oder  
per Fax an 089 / 67 80 48 42 schicken

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Name des Hausarztes: \_\_\_\_\_

Adresse des Hausarztes: \_\_\_\_\_

Ich melde mich verbindlich für folgenden Ernährungskurs  
der Schulungs-Gemeinschaft München Ost e.V. an:

**SCHLANK AUF DAUER**

**8 Kurseinheiten– Kursstart am:** \_\_\_\_\_

**Bitte angeben:**

**BMI:** \_\_\_\_\_ **oder: Gewicht:** \_\_\_\_\_ **kg und Körpergröße:** \_\_\_\_\_ **cm**

Die Kursgebühr ist vor dem Kursstart zu überweisen. Die Kontodaten werden Ihnen ca. 1 Woche vor Kursstart mit der Terminbestätigung mitgeteilt. **Bitte überweisen Sie kein Geld, bevor Sie die Terminbestätigung erhalten haben und sichergestellt ist, dass der geplante Kurs auch stattfindet!** Barzahlung ist NICHT möglich.

Der Kursplatz ist übertragbar. Die Anmeldung ist verbindlich. Eine Absage muss spätestens eine Woche vor Kursbeginn und schriftlich erfolgen, sonst ist die Kursgebühr trotzdem zu bezahlen. Eine Erstattung der Kursgebühr nach Beginn des Kurses ist bei Nichtteilnahme (auch bei Erkrankung) nicht möglich! **Mit der Weitergabe meiner Daten zur Verwendung innerhalb der Schulungs-Gemeinschaft bin ich einverstanden.**

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_