



Ernährungsverhalten

4 Kurseinheiten zum Ernährungsverhalten im Rahmen eines 6- oder 12-monatigen Gewichtsreduktionsprogramms

Ziel Veränderung des Ernährungsverhaltens für eine langfristige Gewichtsreduktion

Dauer 90 Minuten

Inhalt Ernährungsverhaltensschulung in 3 Kursstunden

- Essverhalten
- Genuss und Körperwahrnehmung
- Risikosituationen

Zielgruppe Erwachsene

Durchführung Vortrag & Übungen

Voraussetzung Teilnahme an einem AZB Kurs

Teilnehmerzahl mindestens 12

*Dieses Angebot wurde unter www.eb-gs.de/display-angebot/122 gefunden.
Erstellt am 14.3.2025*