



MOZDULJ Sárvár!

2013. február 14-én

17 órakor a könyvtárban

Utolsó pillanatban avagy alakformálás bikiniszezon előtt



**Van-e rövid út,
van-e csodaszer,
van-e csodagyógyszer?
Ne hagyjuk magunkat
becsapni!**

Előadó: Haraszi Zsolt

**Minden, amit tudni kell
a táplálék kiegészítőkről**
*Táplálék kiegészítők helyettesítése
természetes táplálékokkal.*

Előadó: Cordier Bálint

- ▶ Ha végre itt a nyár... Túl a reklámokon, tények és tévhitek: Tudatosan, egészségesen (bikiniszezon előtt és túl) nemcsak hölgyeknek!
- ▶ Nem szeretne, vagy nincs ideje személyi edzőhöz, edzőterembe járni?
- ▶ Hogy csináljam, mit csináljak?
- ▶ Életmódbeli, edzéselméleti jó tanácsok mindazoknak, akik szeretnék alakjukon, életmódjukon változtatni, de nem tudják, hogy álljanak neki, mire figyeljenek, de szívesen tennének valamit az egészségük érdekében.