



Katholische Erwachsenenbildung  
Rottal-INN-Salzach e.V.

## **Schlank-fit-gesund! Der Normalzustand**

### **Fachvortrag**

**Mi 29.01.2020, 19.00 Uhr**

#### **Ort:**

Neuötting, Klösterl-Pfarrsaal, Klostergasse 4, 84524 Neuötting

Der Normalzustand des Menschen ist ein schlanker, leistungsfähiger und gesunder Körper, auch im höheren Lebensalter. Von diesem Zustand haben wir uns aber in den letzten Jahrzehnten immer weiter entfernt. Immer mehr Menschen sind übergewichtig, leiden an Krankheiten oder sogar beides. Oft ist das Übergewicht auch die Ursache für verschiedene Krankheiten. Der gesunde schlanke Normalzustand wird immer mehr zur Ausnahme. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie den Normalzustand, einen schlanken, leistungsfähigen und gesunden Körper erreichen und behalten. Und zwar ohne zu hungern, Kalorien zu zählen oder teure Nahrungsergänzungsmittel.

#### **Mitveranstalter:**

KAB Neuötting

#### **Referent:**

Klaus Reder

**Veröffentlichungsdatum:** 20.01.2020

**Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.**

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)  
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44  
Fax 08671 – 84 671  
info@keb-ris.de  
www.keb-ris.de