

Vortrag im April

Trink dich fit!

Dass der Mensch täglich seinen Flüssigkeitsverlust ausgleichen muss, ist bekannt. Doch es stellen sich immer wieder wichtige Fragen: Wieviel soll ich trinken? Sind 2, 3, 4 oder gar 5 Liter täglich gesund? Kann man auch zuviel trinken? Darf zur Mahlzeit getrunken werden oder eher nicht? Und wie kann ich mir eine genügende Trinkmenge angewöhnen? Wie wichtig ist Trinken beim Sport?

Schaffen Sie offene Fragen aus der Welt und erfahren Sie spannende Zusammenhänge! Trinken Sie sich fit...

Mittwoch, 4. April 2012, 19.30 Uhr

Wo: Untere Zulgstrasse 1, 3613 Steffisburg

Kosten: Fr. 15.- pro Person

Platzzahl beschränkt - Anmeldung erforderlich

info@pepsy.ch oder 079/ 224 16 55

Ich freue mich auf Sie!