

PUUR MARINA PRESENTEERT:

LUNCH & LEARN

"EET JE ENERGIEK - VOED JE LICHAAM EN VERSTERK JE ENERGIE"

Tank jij benzine of diesel?

Oké, toegegeven: misschien een vreemde vraag op een flyer over voeding en energie. Maar hoe logisch is het om je auto te vullen met de juiste brandstof? Je weet namelijk heel goed dat je met de verkeerde brandstof niet ver komt. Sterker nog: je motor kan er zelfs door vastlopen.

Heb jij er wel eens bij stilgestaan dat dit voor jouw lichaam precies hetzelfde werkt? Wat jij eet, is de brandstof voor je motor. Het geeft je de energie om al je dagelijkse dingen te doen: van werk en huishoudelijke klussen tot sporten. Dus geef je jouw motor de juiste brandstof, dan blijft hij soepel draaien.

Het resultaat: een gezond, sterk lichaam én jij een blij en energiek mens!

Wil je weten hoe je dit kunt doen? Dan is deze Lunch & Learn op 24 september a.s. echt iets voor jou! Ik vertel je dan meer over:

- Hoe en met welke voeding jij jouw motor goed laat draaien.***
- Wat de energievreters in jouw eetpatroon zijn.***
- Hoe deze energievreters vervangen kunnen worden door energiegivers.***

En natuurlijk is er alle ruimte voor jouw vragen, als je tenminste niet te druk bent met genieten van de overheerlijke lunch!

Wil jij erbij zijn? Meld je dan aan voor de Lunch & Learn!

Datum: woensdag 24 september a.s. - Tijd: 12.00 - 13.30 uur
Locatie: Holistisch Centrum Leef, Broekhuizedijk 27, Melderslo

Aanmelden: via info@puurmarina.nl

Kosten: € 35,- (incl. lunch)