

252-A3R009 Vortrag: Nahrungsergänzung - sinnvoll oder unnötig?

Beginn	Mittwoch, 21.01.2026, 18:30 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	17,00 € Barzahlung bei Veranstaltung!
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Lisa Maria Raab
Kursort	VHS Arnstorf (Kursräume), Unteres Schloß 1, 94424 Arnstorf

Drogerien sind voll damit: Supplemente, die die optimale Nährstoffversorgung versprechen und die bei einer gesunden Lebensweise unbedingt dazugehören.
Stimmt das? Welche Nahrungsergänzung brauche ich wirklich? In welchen Lebenslagen mehr oder weniger? Wie viel oder wie oft? Auf was muss ich achten?
Ein Vortrag, der Klarheit schafft und einen Überblick gibt, was wirklich sinnvoll ist.

Termine

Datum		Ort
21.01.2026	18:30 - 20:30 Uhr	Unteres Schloß 1, Arnstorf, VHS Raum 2

[zur Kursdetail-Seite](#)