

## 261-A3R002 Vortrag: Nahrungsergänzung - sinnvoll oder unnötig?

Beginn Donnerstag, 05.03.2026, 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

05.03.2026 18:30 - 20:30 Uhr Unteres Schloß 1, Arnstorf, VHS Raum 2

[zur Kursdetail-Seite](#)