

Gesundheit ± Lifestyle

Seminarreihe über die wissenschaftliche Basis eines gesunden Lebensstils

20. Januar : Stille Epidemien (Diabetes, Übergewicht, Bluthochdruck)

3. Februar : Gesunde Ernährung (Fette, Kohlenhydrate, Ballaststoffe)

17. Februar : Rund um die Atmung (Bewegung, Schlafen, Rauchen)

2. März : Lust und Frust (Stressreaktion, Motivation, Stimulanzen)

16. März : Spannung und Entspannung (Hormone, Neuroplastizität)

Öffentliche Seminarreihe der AWWK am KIT

Prof. Dr. Anne S. Ulrich (Lehrstuhl für Biochemie, KIT)

Dr. med. Johannes Schildge (Pneumologie, Vincentius-Kliniken)

Vera Bohnenberger (Heilpraktikerin, Systemischer Business Coach)

Mittwochs am 20.01., 03.02., 17.02., 02.03., 16.03.2016, um 17:30 bis 19:00 Uhr
KIT Campus Süd, Senatssaal (Präsidiumsgebäude 11.30)

Online-Anmeldung über AWWK Kurs Nr. 453

<https://www.awwk-karlsruhe.de/80.php/event/28809>

