

„Frauen mal unter sich“ – Frauenstammtisch im MGH

Kohlenhydrate sind kalorienreich und können vom Körper besonders schnell in nutzbare Energie umgesetzt werden. Meist essen wir jedoch weit mehr Kohlenhydrate, als wir verbrauchen können. Eine Reduzierung des Kohlenhydratanteils in unserer Ernährung sorgt für mehr körperliches Wohlbefinden und führt meist sogar zur Gewichtsreduzierung. Unsere Rezepte sind leicht, schnell und einfach zubereitet – wie sie schmecken, finden wir wie immer gemeinsam heraus!

Begrenzte Platzanzahl! Keine Teilnahme ohne Voranmeldung!

Mo, 28.05. „Frauen mal unter sich“ – Frauenstammtisch im MGH *
18.30 Uhr Fit in den Sommer mit Low Carb
7,00 EUR/Pers.

An dieser Stelle noch einmal der ausdrückliche Hinweis:

Bitte melden Sie sich für den Besuch einer unserer Veranstaltungen grundsätzlich vorher kurz bei uns an! Die Anmeldung verpflichtet Sie nicht, sichert Ihnen aber in jedem Fall einen Platz und ermöglicht uns eine entsprechende Veranstaltungsplanung! Eine Anmeldung ist persönlich zu den Öffnungszeiten des Hauses sowie per Telefon oder Mail an jedem Tag der Woche und rund um die Uhr möglich!

Weitere Angebote

Di, 22.05. Orientalischer Tanz für Erwachsene
18.00 Uhr

Di, 22.05. Tai Chi – Kurs
19.00 Uhr

Mi, 23.05. Spiel- und Lerntreff „Kleine Strolche“
09.30 Uhr der Vormittagstreff für Kleinkinder, Mütter und auch Väter

Mi, 23.05. Treff der Sebnitzer Handarbeitsfrauen
13.30 Uhr

Mi, 23.05. Klöppeltreff im MGH
18.00 Uhr