

Op 25 november organiseert HeartLife weer een HeartLife Health Day: "Winter Fit" en u bent van harte welkom!

Gezond & Fit in de winter

Misschien wilt u er nog niet aan denken: de dagen worden weer korter en de herfst heeft haar intrede gedaan. Nog even en de feestdagen staan weer voor de deur.

Bent u benieuwd op welke manier u zonder schuldgevoel van de feestdagen kunt genieten en hoe u kunt blijven sporten zonder dat u de deur uit hoeft te gaan? Heeft u altijd al willen weten hoe u uw goede voornemens wel kunt behalen?

Kom dan naar de **HeartLife Health Day - Winter Fit op 25 november 2017**: een interactieve dag met workshops, presentaties, gezonde kerstrecepten, een lekkere lunch én gezonde warme chocolademelk!

Programma*

- ★ Presentatie: (Kerst) Kransslagaders door Dr. Janneke Wittekoek
- ★ Workshop: HeartLife tips & trucs om leuk, lekker en gezond te eten tijdens de feestdagen
- ★ Gezonde lunch met uitleg, om inspiratie op te doen en gratis recepten
- ★ Workshop: Goede voornemens? Realiseer in 2018 jouw hartenwens
- ★ Work-out: Sporten zonder de deur uit te gaan!

* Wijzigingen voorbehouden

Bent u geïnteresseerd?

- ★ **Wanneer** Zaterdag 25 november
- ★ **Tijd** 10:00 tot 17:00
- ★ **Waar** HeartLife Klinieken
Louis Armstronglaan 10, Utrecht
- ★ **Kosten** €89,- p.p.

Aanmelden kan via:

aglasbergen@heartlife.nl

Meer informatie via: www.heartlife.nl
en onze nieuwsbrief

Annemarijn Glasbergen &
Janneke Wittekoek

