

Silhouette & Stil



Workshop

Freitag, 30. August 2013
Schloss Ueberstorf

Sie sind einzigartig! Unterstreichen Sie Ihre Silhouette mit Ihrem ganz persönlichen Stil. Und optimieren Sie Ihre Körperform mit einem individuell abgestimmten Essverhalten! Entdecken Sie unzählige Möglichkeiten, wie Sie mit wenig Accessoires, den richtigen Schnitten und Stoffen Ihre Persönlichkeit optimal unterstreichen können. Lassen Sie sich überraschen, mit welchen gesunden Lebensmitteln Sie Ihrer sTraumfigur%leichter (mit Genuss) näher kommen. Wer seinen Stil kennt, muss nicht jedem Trend nachrennen! Und wer seinen Esstyp kennt, kann sein Essverhalten gezielt optimieren.

Folgende Themen werden im Workshop erarbeitet:

- Meine Silhouette – 1 individuelle Analyse
- Mein individueller Stil-Mix - Kombinationsmöglichkeiten
- Tipps & Tricks um schlanker zu wirken
- Muster & Stoffe: was steht mir?
- Iss dich in Form
- Silhouetten-Killer und Silhouetten-Former
- Ernährungstyp-Bestimmung – 1 individuelle Analyse

Seminar: 1 Tag inkl. Mittagessen und Kursunterlagen
09.00 - 16.30 Uhr, im Schloss Ueberstorf

Preis: Fr. 350.-, min. 6 max. 12 Teilnehmerinnen
Anmeldung: bis 12. August 2013

Weitere Infos und Anmeldung unter 076 558 77 07 . Lis Rytz
oder lis.rytz@charisma7.ch



praxis für ernährung und bewegung
pergolastrasse 26E • 3185 schmitten
vital.aregger@bluewin.ch • vital-aregger.ch
026 496 40 67 • 079 446 86 03



Charisma GmbH
Beratungen- Schulungen – Events
lis.rytz@charisma7.ch – www.charisma7.ch
079 558 77 07