



**ONLINE  
VORTRAG**

**11  
APR  
2025  
17.30  
UHR**



**Gastgeberin:**  
**Kathrin Junker**  
Diplom-Sportwissenschaftlerin

# **BYE BYE EXTRA- KILOS, STIMMUNGS- SCHWANKUNGEN UND CO.**

Wie du mit Ernährung und ganzheitlichen Methoden dein Wohlbefinden in den Wechseljahren zurückgewinnst!

**Mit Nadine Spiel**  
ganzheitliche Ernährungs-  
und Gesundheitscoachin  
für Frauen

☎ **0176-565 234 88**  
✉ **kontakt@nadinespiel-coaching.de**  
🏠 **www.nadinespiel-coaching.de**  
📷 **@nadine\_spiel (Instagram)**

*Nadine Spiel*

Ernährung | Bewegung | Wohlfühlen

Anmeldung:

☎ **+49 174 / 333 52 87**

MORE ENERGY-ganzheitlich gesund

✉ **miriam@more-energy.eu**

