

**Prenez soins de vous**



**Atelier:**  
**Comment gagner de la vitalité et atteindre  
le poids idéal  
qui me convient.**



**Samedi, 23.03.2024,  
10h00 – 14h30**

à l'hotel Manoir  
20, Avenue Marechal Joffre,  
Banyuls-Sur-Mer

€ 59,00 Repas, boissons et documents inclus



Prenez plaisir de réaliser cet objectif à travers :  
Une conférence interactive  
des exercices sportifs faciles à mettre en œuvre,  
suggestion d'optimisation du comportement  
préparer et, bien sûr, manger ensemble les plats qui correspondent  
au thème mis en œuvre avec beaucoup de joie  
lors de la participation.



**Les places sont limitées,**  
veuillez vous inscrire à

**[karin@naturopathiebanyuls.fr](mailto:karin@naturopathiebanyuls.fr)**

**0628423670**

L'atelier sera animé par  
Karin Völkl Heilpraktikerin  
Naturopathe professionnelle – Educateur de la santé  
Professeur de sport et de rééducation