

Lyder det interessant at

- ha' mere overskud
 - vågne udhvilet
 - ingen natlige toiletbesøg
 - slippe for småskavanker
- uden at være på kur**

Du finder os i:

Hjortespring Foreningshus
Gl. Klausdalsbrovej 444, Herlev

Vil du vide mere er du meget
velkommen til, at kontakte
instruktør: Ellis Nielsen
på 2946 1953 *bedst efter kl. 17*

På bare 8 uger får du indsigt og forslag
til, hvordan dit valg af kost og motion
kan påvirker din trivsel og sundhed.

Registrer dig allerede nu
på [HCDC.dk](https://www.hcdc.dk)

Nysgerrig – så ses vi
13. januar 2024
kl. 9.00 – 11.00

Der er mulighed for, at købe
kursusmaterialet til rimelige penge

Lev Sundt

KOST & MOTION

Prisen er kun 800 kr.
*Medlemmer af HCDC får
200 kr. rabat*