

# VORTRAG

„Meer“ Gesundheit und Vitalität erleben mit gesunder Lebensführung und Omega 3



## Gesunde Fette, wie Omega3,... Intermittierendes Fasten und Gesundheitstipps

Wissenschaftliches und Erkenntnisse aus Eigen- und Berufserfahrung zu den Themen Fette, Abnehmen, Gesundheit, Vitalität und Leistungsfähigkeit.  
Besprechung der Ergebnisse von Omega3-TEST's und Ernährungstipps.

**Michael Haberberger**  
Sportwissenschaftler, Spiraldynamiker  
und intermittierender „Faster“ mit gutem Omega3-„Ölstand“  
([www.bewegungswerkstatt.eu](http://www.bewegungswerkstatt.eu))

Freitag 15. November 2019 18:30  
in der „Bewegungswerkstatt“, gegenüber den  
Bärgründen, Dr. Adolf Altmannstr. 30/1, Salzburg

Begrenzte Plätze, kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten:  
Susanne Haberberger 0650/8112441,  
[massage@bewegungswerkstatt.eu](mailto:massage@bewegungswerkstatt.eu)

