

Ernährungs- und Abnehmkurs „Fit und Leichter Leben“ ab Mai 2026

**Der Kurs ist zertifiziert bei den gesetzlichen
Krankenkassen unter: **KU-ER-THWF5N****

Mit diesem Ernährungs- und Abnehmkurs, informieren und begleiten wir Sie Schritt für Schritt in kleinen Gruppen (max. 7 TeilnehmerInnen), damit die Umsetzung einer gesunden Ernährung im Alltag und die Gewichtsreduktion schnell, einfach und langfristig erfolgreich klappt.

Kursinhalte:

- **viele Hintergrundinformationen zum Abnehmen & gesundem Essalltag**
- **Tipps zur Lebensmittelauswahl, alltagstaugliche Empfehlungen**
- **Motivation zum Durchhalten**
- **Austausch mit anderen Teilnehmern, regelmäßiges Wiegen (freiwillig)**

**Termine: ab 4. Mai (montags) oder 21. Mai (donnerstags)
 8 Termine á 60min.
 je 18:00-19:00 Uhr**

montags:

4.5./ 11.5./ 18.5./ nicht in den Pfingstferien/ 8.6./ 15.6./ 22.6./29.6./6.7.)

donnerstags:

21.5./ nicht in den Pfingstferien/ 11.6./ 18.6./ 25.6./ 2.7./ 9.7./ 16.7. /23.7.)

Gebühr: 225 Euro – Kostenerstattung der Krankenkasse möglich*

(Kombi-Angebot:195 Euro für Teilnehmer, die gleichzeitig eine Einzelberatung machen)

Ort: Albstrasse 2, 72764 Reutlingen

Kontodaten:

Überweisen Sie 225 Euro (195€ beim Kombi-Angebot) an:

Daniela Homoth

FINOM PAYMENTS

DE56100180000409867497

BIC FNOMDEB2

***Bitte erkundigen Sie sich vorab bei Ihrer Krankenkasse über die Höhe der Kostenbeteiligung. Der Kurs ist bei den gesetzlichen Krankenkassen unter folgender Kursnummer zertifiziert: KU-ER-THWF5N.**

Sie erhalten im Anschluss an den Kurs eine Teilnahmebestätigung, die Sie bei Ihrer Kasse zur Kostenerstattung einreichen können. Falls bei Ihnen Erkrankungen vorliegen, erkundigen Sie sich bitte bei Ihrem Hausarzt, ob es gesundheitliche Einwände gegen die Teilnahme an diesem Kurs gib.

Anmeldebogen: Ernährungs- und Abnehmkurs „Fit und Leichter Leben“

Bitte füllen Sie diese Anmeldung aus, überweisen Sie die Teilnehmergebühr und geben Sie die Anmeldung persönlich, per Email oder Post bei uns ab. Die Teilnehmerplätze sind auf 7 Teilnehmer begrenzt und die Vergabe der Plätze erfolgt nach der Reihenfolge der Anmeldung.

Ich kann: ☐ **montags 18-19 Uhr** ☐ **donnerstags 18-19 Uhr** ☐ **beide Termine**

Name, Vorname: _____ geb. : _____

Telefon: _____ Email: _____

Krankenkasse: _____

Von dem Kurs habe ich erfahren über:

Unser Kurs findet in Kleingruppen (max. 7 Teilnehmer) statt. Sollten wir auch 14 Tage vor dem Start des Kurses unsere Mindestteilnehmeranzahl von 5 Personen nicht erreicht haben, findet der Kurs nicht statt und die Kursgebühr wird Ihnen wieder erstattet.

Eine Abmeldung vom Kurs ist bis 14 Tage vor dem Kurs möglich. Die Erstattung wird um eine Stornogebühr von 25 Euro gemindert. Bei einer späteren Abmeldung oder im laufenden Kurs ist eine Rückzahlung der Gebühr leider nicht möglich.

Bitte erkundigen Sie sich vorab über die Kostenerstattung bei Ihrer Krankenkasse (Kurs Nr.: KU-ER-THWF5N). Sie erhalten im Anschluss an den Kurs eine Teilnahmebestätigung, die Sie bei Ihrer Kasse zur Kostenerstattung einreichen können. Falls bei Ihnen Erkrankungen vorliegen, erkundigen Sie sich bitte bei Ihrem Hausarzt, ob es gesundheitliche Einwände gegen die Teilnahme an diesem Kurs gibt.

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Ernährungs- Abnehmkurs mit Übernahme der anfallenden Kosten an. Den Hinweis zur Anfragen bei der Krankenkasse hinsichtlich einer Kostenerstattung und Anfrage beim Arzt nach Kontraindikationen habe ich gelesen. Das der Anmeldung beigefügte Merkblatt zur Datenschutzverordnung habe ich erhalten und gelesen und willige in die Speicherung, bei Bedarf Weitergabe und Verwendung der Daten ein.

Ort, Datum

Unterschrift