

### 10 år yngre programmet: Hold 11 & 12

Her kan du se, hvor og hvornår de forskellige sessioner foregår og lidt mere om de specifikke emner hver gang.

Dato	Tidspunkt		Session	Sted
	Hold 11	Hold 12		
Onsdag d. 16. september 2009	10:00- 13:00	17:00- 20.00	Introduktion. Forløb. Test. Krop og forfald. Teorier. Målafklaring. Maden.	Glofaxi Nutrition. Islands Brygge 32A, lejl 875. 2300 København S
Lørdag d. 19. september 2009	09.00- 13:00	14:30- 18.30	Anti-age madlavningsværksted.	Glofaxi Nutrition. Islands Brygge 32A, lejl 875. 2300 København S
Onsdag d. 23. september 2009	10:00- 13:00	17:00- 20:00	Blodsukker. Energi. Afhængigheder. Maden.	Glofaxi Nutrition. Islands Brygge 32A, lejl 875. 2300 København S
Onsdag d. 30. september 2009	10:00- 13:00	17:00- 20.00	Fordøjelse. Følelser. Forhindringer. Maden.	Glofaxi Nutrition. Islands Brygge 32A, lejl 875. 2300 København S

**THORBJÖRG** • Islands Brygge 32A, lejl. 875. • 2300 København S

Kontakt • telefon 40 52 25 50 • [email@thorbjorg.dk](mailto:email@thorbjorg.dk)

[www.thorbjorg.dk](http://www.thorbjorg.dk)



DIN VITALITET. MIN PASSION.

Dato	Tidspunkt		Session	Sted
	Hold 11	Hold 12		
Onsdag d. 21. oktober 2009	10:00- 13:00	17:00- 20.00	Leveren. Detox og afgiftning. Udrensning.	Glofaxi Nutrition. Islands Brygge 32A, lejl 875. 2300 København S
Onsdag d. 4. november 2009	10:00- 13:00	17:00- 20.00	Efter detox. Hvad nyt er tilgængeligt? Allergi og intolerance.	Glofaxi Nutrition. Islands Brygge 32A, lejl 875. 2300 København S
Onsdag d. 11. November 2009	10:00- 13:00	17:00- 20.00	Hormoner: Kend dem. Tæm dem. Styr dem! Maden.	Glofaxi Nutrition. Islands Brygge 32A, lejl 875. 2300 København S
Onsdag d. 25. november 2009	10:00- 13:00	17:00- 20.00	Huden. Genspejl. Du i centrum.	Glofaxi Nutrition. Islands Brygge 32A, lejl 875. 2300 København S
Onsdag d. 2. december 2009	10:00- 13:00	17:00- 20.00	At leve anti age. Muligheder, motivation og commitment. Din personlige madplan. Slut.	Glofaxi Nutrition. Islands Brygge 32A, lejl 875. 2300 København S

**THORBJÖRG** • Islands Brygge 32A, lejl. 875. • 2300 København S

Kontakt • telefon 40 52 25 50 • [email@thorbjorg.dk](mailto:email@thorbjorg.dk)

[www.thorbjorg.dk](http://www.thorbjorg.dk)



### **Udover selve undervisningstimerne**

Udover selve undervisningstimerne, er der også andet med i 10 år yngre programmet:

- Online databank med adgang til alt det materiale I modtager på undervisningsdagene. Så hvis man mister et spørgeskema, planen for udrensningskuren e.l. kan man altid downloade det igen.
- Lukket online forum for alle deltagere på holdet. Her kan man stille spørgsmål, komme med gode råd og støtte hinanden. Alle kommer til at lære af andres erfaringer og spørgsmål og man kan dele opskrifter og andre madlavningstips.
- En anti-age snack eller lækkerbisciten til hver undervisningstime.
- Detox kit som består af meget tjekket afgiftningsprodukt, tarmafgiftende salt, og tarmstøttende tilskud. I alt værdi kr. 1.000,00.
- Diverse skønne og nyttige overraskelser undervejs.

### **Pris, tilmelding og andet praktisk**

Yderligere spørgsmål om indholdet og undervisningen stiller du til Nanna på [nanna@thorbjorg.dk](mailto:nanna@thorbjorg.dk) eller 40 52 25 50

Prisen for hele forløbet er kr. 10.000,00 alt inkl. Tilmelding kan ske ved at sende en mail til [nanna@thorbjorg.dk](mailto:nanna@thorbjorg.dk) med navn, telefonnummer og adresse. Så får du tilsendt en faktura. Der er et depositum på kr. 2.000,00. Når det er

**THORBJÖRG** • Islands Brygge 32A, lejl. 875. • 2300 København S

Kontakt • telefon 40 52 25 50 • [email@thorbjorg.dk](mailto:email@thorbjorg.dk)

[www.thorbjorg.dk](http://www.thorbjorg.dk)



DIN VITALITET. MIN PASSION.

indbetalt, er din plads sikret. Depositummet er også bindende, så framelding er ikke muligt derefter, med mindre vi kan finde en anden, der kan overtage din plads.

Depositum på kr. 2.000,00 indbetales straks efter tilmelding og restbeløbet på kr. 8.000,00 indbetales senest to uger inden kursusstart onsdag den 16. September 2009.

**THORBJÖRG** • Islands Brygge 32A, lejl. 875. • 2300 København S

Kontakt • telefon 40 52 25 50 • [email@thorbjorg.dk](mailto:email@thorbjorg.dk)

[www.thorbjorg.dk](http://www.thorbjorg.dk)