



Hisar OAB Yeni Yıl Sağlık Seminerleri

3-10 Ocak 2023



Uzm. Dr. Anıl YEŞİLDAL

Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı

Ne Zaman Doktora
Gidelim?
Antibiyotiksiz İyileşmek
Mümkün mü?

3 Ocak 2023
Salı
21:00 - 22:00



HİSAR
OKULLARI
İSTANBUL



Ceyda TAVUKÇULAR

Medikal Astroloji ile
Sağlıklı Yaşam
2023 İçin Öneriler

4 Ocak 2023
Çarşamba
11:00 - 12:00



**Uzm. Psk. Dr.
Serap DUYGULU**

**Ergenlik ve İletişim
Sorunları**

5 Ocak 2023

Perşembe

20:00 - 21:00



HISAR
OKULLARI
İSTANBUL



Uzm. Dyt. Özge KURT

**Mikrobiyota
ve
Beslenme**

9 Ocak 2023

Pazartesi

18:00 - 19:00



Uzm. Dr. Serkan SÜRME

COVID-19 ve Aşılar

10 Ocak 2023

Salı

18:00 - 19:00



SELOZİ SELİN SÜRMEİ KOÇAK

SELOZİ methodu ile varlığından bile haberdar olmadığınız kas gruplarınızı çalıştırıyorsunuz. Sadece büyük kas gruplarını hedeflemiyor. Hafif kilolarla, en küçük kas gruplarını çalıştırıyor ve en fit seni yaratıyor.

Uzun ve ince kas yapımına yönelik olan bu method; vücudu uzatırken, esnetiyor ve aynı zamanda yağ yakımını maksimum seviyeye taşıyor. Sistemin anahtar kelimeleri ise süreklilik ve devamlılık!

10 Ocak 2023

Salı

21:00 - 22:00



Op. Dr. Aysun BÖLÜKBAŞI MAMAK

Güzellik algısı herkes için aynı
değildir. En güzel seni nasıl
yaratırsın?

11 Ocak 2023
Çarşamba
21:00 - 22:00