

Hast du genug von gescheiterten Diätversuchen?

Möchtest du nachhaltig abnehmen und dabei gesund, fit und zufrieden werden?

Ich lade dich herzlich ein, gemeinsam mit anderen, die das gleiche Ziel verfolgen, an deinem Wohlbefinden zu arbeiten. In einer kleinen Gruppe von maximal 5 Personen begleite ich dich über einen Zeitraum von 3 Monaten. Gemeinsam ergründen wir, welche individuellen Herausforderungen dir im Weg stehen, und entwickeln alltagstaugliche Lösungen, die wirklich funktionieren.

Hier geht es nicht um schnelle Erfolge oder radikale Maßnahmen, sondern um echte, langfristige Veränderungen. Während dieser drei Monate wirst du bereits erste Erfolge sehen und gleichzeitig die Werkzeuge an die Hand bekommen, um dauerhaft gesund und schlank zu bleiben.

Bist du bereit, dein Leben nachhaltig zu verändern?

Was erwartet dich?

- **Regelmäßige Treffen:** Alle zwei Wochen kommen wir zusammen, um Herausforderungen zu besprechen, um individuelle Lösungen zu finden.
- **Tiefenentspannung und Mentaltraining:** Mit gezielten Techniken lösen wir Blockaden und erleichtern die Umsetzung neuer, gesunder Gewohnheiten.
- **Kinesiologische Aspekte:** die nützlich sind werden einbezogen.
- **Individuelle Unterstützung:** Bei Bedarf kommen homöopathische Mittel, Nahrungsergänzungen, Kräuter oder Schüßlersalze zum Einsatz – individuell auf deine persönlichen Bedürfnisse abgestimmt.

Termine:

Samstag, 01.03.25 von 09:00-12:00

Samstag, 15.03.25 von 09:00-12:00

Samstag, 29.03.25 von 09:00-12:00

Samstag, 12.04.25 von 09:00-12:00

Samstag, 26.04.25 von 09:00-12:00

Samstag, 10.05.25 von 09:00-12:00

Samstag, 24.05.25 von 09:00-12:00

Ort: 6150 Steinach, Promenadenweg 3

Kosten: pro Person 180€ im März und 120€ jeweils für April und Mai

Anmeldung unter Tel.: 0650/4401929

oder per Mail: ch.zach@kinesiologie-balance-fürs-leben.at

