

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, oder im Einzelsetting, an deinem Wohlbefinden zu arbeiten.

Einzel oder in einer kleinen Gruppe von maximal 5 Personen begleite ich Menschen über einen Zeitraum von ca. 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 werden die Herausforderungen besprochen, 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.

Interessiert? Dann melde dich einfach unverbindlich bei mir :-)

Tel.: 0650/4401929

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

