

Hallo Wunschgewicht!

REGULA



Mental - Ernährung - Training



Mental Training

Ernährungscoaching

Personal Training

Hast du schon unzähliges versucht um dein Wunschgewicht zu erreichen und nichts hat wirklich geklappt? Dann bist du bei mir genau richtig! Zusammen finden wir heraus warum es bis jetzt nicht geklappt hat und gehen dies gemeinsam an!

Das **12 oder 24 Lektionen Programm à 60 Minuten** wird individuell nach deinen Bedürfnissen aufgeteilt. Wir behandeln gemeinsam Themen wie Ernährungslehre, Glaubenssätze, körperliche Beschwerden minimieren, emotionales Essen, Selbstwertgefühl steigern, Körperbewusstsein stärken und vieles mehr!

12 Lektionen Paket CHF 1'840.- (im Wert von CHF 2'160.00)

24 Lektionen Paket CHF 3'460.- (im Wert von CHF 4'320.00)