

Fit in die Kiste. So kann es funktionieren!

„Entscheidender als die Anzahl an Tagen, die wir leben ist die Qualität der Tage!“

Dieses Programm baut auf dem „**Der natürliche Cholesterinsenker**“ und/oder „**Der medikamentenfreie Blutdrucksenker**“ auf.

Im Unterschied zu o.g. Programmen haben Sie sich dauerhaft für einen anderen Weg entschieden.

Dieses Programm beinhaltet auch die „**Persönlichkeitsbildung**“ und kann Ihr Leben nachhaltig positiv verändern.




Und das können Sie erreichen:

- Cholesterinwerte dauerhaft im individuellen Normbereich
- Blutdruckwerte dauerhaft im tolerierbaren Normbereich
- Blutzuckerwerte dauerhaft im Normbereich
- Verlangsamung der Abnahme von Knochendichte
- deutliche Reduktion des Risikos von Krebserkrankungen
- Steigerung der Stressresistenz
- dauerhaft mehr Erfüllung in beruflichem und privatem Leben

In einem ersten Gespräch prüfen wir die Voraussetzungen, klären unter Berücksichtigung ihrer Wünsche den Ablauf, Umfang und die Kosten des Programms.

Der Zeitaufwand richtet sich nach Ihren Wünschen in Verbindung mit den erforderlichen Maßnahmen und ist im Rahmen individuell gestaltbar.

Zeitaufwand innerhalb der ersten Tage:

-  am Morgen ca. 15-30 Minuten
-  am Abend ca. 30 Minuten
-  Bewegungseinheiten und Coachings nach Absprache

Sie haben ein nur geringes Zeitbudget am Morgen? Kein Problem. Zu Anfang des Programms biete ich einen speziellen Vorbereitungsservice. Damit entfällt für Sie der morgendliche Zeitaufwand.

Zur Vereinbarung eines ersten unverbindlichen, persönlichen Gesprächstermins nutzen Sie einfach den Button „**anfragen**“.

Auf Ihre Anfrage freue ich mich.