

Angebote Ernährungscoaching

| | |
|---|---------|
| Schnuppercoaching (ca. 30 min) | 30 Euro |
| Einzelcoaching / Einheit | 70 Euro |
| Computergestützte Nährstoffanalyse | 40 Euro |
| Einkaufsberatung / Einheit | 60 Euro |
| Kochberatung / Einheit | 70 Euro |
| Kochwerkstatt nach Vereinbarung und Material. | |

Eine Einheit = 60 min Coaching inklusive Vor- und Nachbearbeitung und ausgehändigtes Material.

3er Basis-Paket – 3 Termine Preis pauschal 225 Euro (statt 240 Euro)

Sie erhalten

- ein persönliches Erstgespräch mit Anamnese und Ihrer individuellen Zieldefinition
- + die Auswertung Ihres Essprotokolls mit Überprüfung Ihres Ziels und Ernährungsempfehlungen
- + auf Sie zugeschnittene Umsetzungs- und Veränderungshilfen – Wie geht es weiter?
- + inklusive Kurzberatungen per E-Mail oder Telefon

5er Paket Preis pauschal 375 Euro (statt 400 Euro)

Wie 3er Basis-Paket

- + 2 weitere Coaching-Termine nach Wunsch wie Einkaufs- oder Kochberatung, Begleitung zu einer Nordic-Walking- oder anderen Bewegungseinheit (nach Absprache)
- + inklusive Kurzberatungen per E-Mail oder Telefon