

*****6-WEKEN VITALITEITSPROGRAMMA *****

Meer dan ooit is gezondheid tijdens deze crisis het allerbelangrijkste waar onze focus op moet liggen. De juiste voeding speelt hierin een cruciale rol.

Speciaal daarom heb ik als vitaliteitscoach een 6-Weken Vitaliteitsprogramma ontwikkeld.

6 weken lang geef ik je door middel van online of telefonische coaching alle tools mee om een duurzame eetstijl te creëren die past binnen jouw leefstijl. Hierdoor blijf of word je ook in deze tijd de gezondste en beste versie van jezelf.

Wat houdt het 6-Weken Vitaliteitsprogramma in:

- intake online of telefonisch
- 6 wekelijkse telefonische afspraken van 15 minuten
- uitgebreide voedingsanalyse en tips/inspiratie voor gezond eten
- gebruik van het Weg met de Weegschaal Werkboek en Eetschrift

Tijdens onze gesprekken bespreken we:

- wat er allemaal goed is gegaan
- wat je de afgelopen week hebt geleerd
- wat extra aandacht nodig heeft
- waar de komende week je focus ligt

Kosten: € 125. Mogelijk vergoedt je zorgverzekering dit (deels). Raadpleeg de polisvoorwaarden.

Meer weten of je aanmelden? Neem contact op via 06 11 138 106 of info@sunenwol.nl

