

## Übergewicht? – Mit System zum gesunden Wunschgewicht.

### Wodurch erreichen Sie eine nachhaltige Stoffwechsellumstellung?



Der für Sie speziell ermittelte Ernährungsplan bringt Ihre "Körperchemie" mit der zu Ihnen passenden „Nahrungsmittelchemie“ in eine neue, metabolische Balance. Sie ernähren sich nicht nur mit allen gesunden und für Sie notwendigen Nähr- und Mineralstoffen, Sie essen vielmehr nur solche Nahrungsmittel, die Ihr Körper benötigt, um Ihren aus dem Gleichgewicht geratenen Stoffwechsel wieder einzuregulieren.

### Ruft Ihre Gewichtssituation nach einer dauerhaften und schonenden Lösung?



Die für Sie wichtigen Nahrungsmittel in Ihrem persönlichen Ernährungsplan werden dabei nicht nach Kaloriengehalt oder Anteil von Fett, Eiweiß und Kohlenhydraten ausgesucht. Das Auswahlkriterium ist einzig die Auswirkung des Nahrungsmittels auf Ihren Hormonhaushalt. Dadurch regen Sie den Stoffwechsel und die Fettverbrennung an, ohne dabei an Muskelmasse zu verlieren. Mit den neuen, einfachen Regeln zur Nahrungszubereitung sowie deren Aufnahme optimieren Sie schonend und nachhaltig Ihr Gewicht und regulieren dadurch auch Ihren gesamten Hormonhaushalt.

### Vier einfache Schritte zum Ziel

1. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf und vereinbaren Sie einen Beratungstermin.
2. Bei dem Beratungstermin besprechen Sie mit uns Ihre Wünsche und Ziele. Wir werden Ihre persönlichen Angaben und weitere wichtige Daten festhalten und Ihnen Blut entnehmen.
3. Ihr Blut wird in einem medizinischen Labor ausgewertet. Auf Basis der Laborwerte, der von Ihnen gemachten Angaben und Ihrer Ziele wird Ihr individueller Ernährungsplan erstellt. Er ermöglicht die einfache und problemlose Ernährungsumstellung, ohne dass Sie auf ein abwechslungsreiches Mahlzeitenangebot und regelmäßig drei Mahlzeiten pro Tag verzichten müssen.
4. Wir händigen Ihnen Ihren individuellen Ernährungsplan aus und erläutern Ihnen ausführlich, wie Sie zum Erfolg kommen. Dabei unterstützen wir Sie nach Bedarf während dieser Zeit.

Nebst der Ursachenfindung für viele Krankheitszustände und Ihrem nun gut funktionierendem Stoffwechsel unterstützen wir Sie bei Bedarf auf dem Weg zur Optimierung Ihrer Gesundheit mit speziell auf Sie abgestimmten naturheilkundlichen Therapien.

Gaby Bannholzer

-kant. appr. Heilpraktikerin-

-med. gepr. Ernährungsberaterin-