

Balance Plus+

Dein Weg zum Wohlfühlgewicht



Erreiche deine Sommerfigur
ohne Jojo-Effekt...

Unser Paket für eine intelligente Gewichtsabnahme:

Ernährung + Bewegung + Coaching

Ernährungscoaching

- 3 Termine in Kleingruppen

Leckere Shakes und Riegel

- für eine kontrollierte und erfolgreiche Gewichtsabnahme

Bewegung

- 30 Tage „Bewegung satt“ im Physiozentrum Neustadt (individuelle Kursplanung möglich)

weitere Highlights

- Tools zur einfacheren Umsetzung auch zu Hause
- Erfahrungsaustausch in der Gruppe
- Individuelle Unterstützung durch die Coaches

Das Referententeam:

Nikos Karvouniaris (cand. med., Ernährungscoach)

Birgit Hermann MSc (Physiotherapeutin)

Termine

- **Infovortrag: 26.03.2014 – 20 Uhr**
- Coaching 1:
- Coaching 2:
- Coaching 3:

Ort: Kursraum – Physiozentrum Neustadt

Bitte rechtzeitige Anmeldung an:

Birgit Hermann – Physiozentrum Neustadt

info@physiozentrum-neustadt.de

Gemeinsam zu deinem Ziel...



Shape your Style

Fitness, Ernährung und Lifestyle