

Ernährungsberatungspakete im Überblick

	Ernährungscoaching kurz	Ernährungscoaching kompakt	Ernährungscoaching online/ telefonisch	Ernährungscoaching komplett	Ernährungscoaching Langzeit	Package Bodyshaping	BIA Bio-Impedanzanalyse
Telefontermine		2 x 30 Minuten	2				
Erstanamnese		•	•	•	•	•	
Beratungstermine (ohne Anamnese)	1	1	1	3	11	5	
Auswertung Ihres Ernährungstagebuches		•	•	•	•	•	
Ausführliche Nährstoffanalyse		•	•	•	•	•	
Berechnung Nährstoffbedarf		•	•	•	•	•	
BIA Bio-Impedanzanalyse							•
Messung Gewicht, Ermittlung Grundumsatz, BMI		•		•	•	•	
Ausarbeitung eines individuellen Ernährungsleitfadens		•	•	•	•	•	
Ernährungsplan für 1 Woche inkl. Rezepten		•	•	•	•		
Coaching / Nachbesprechung / Problem Solving nach Bedarf				•	•	4 x 30 Minuten	
Personal Training						4 x 30 Minuten	
Preise*	80,00 Euro	220,00 Euro	150,00 Euro	290,00 Euro	750,00 Euro	400,00 Euro	15,00 Euro

* alle Preise zzgl. gesetzlicher Mehrwertsteuer

© Ernährungsberatung & Bewegungcoaching München 2020