

Ernährungsberatungspakete im Überblick

	BIA Bio-Impedanzanalyse	Ernährungscoaching kurz	Ernährungscoaching online/ telefonisch	Ernährungscoaching kompakt	Ernährungscoaching komplett	Package Bodyshaping	Easy FODMAP- Ernährungskonzept	Ernährungscoaching Langzeit
Telefontermine			2	2 x 30 Minuten				
Erstanamnese			•	•	•	•	•	•
Beratungstermine (ohne Anamnese)		1	1	1	3	5	2	11
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			•	•	•		2	•
Coaching / Nachbesprechung / Problem Solving nach Bedarf					•	4 x 30 Minuten		•
Personal Training						4 x 30 Minuten		
Anleitung, Protokolle für Zuhause							•	
Preise*	15,00 Euro	80,00 Euro	150,00 Euro	220,00 Euro	290,00 Euro	400,00 Euro	400,00 Euro	750,00 Euro

* alle Preise zzgl. gesetzlicher Mehrwertsteuer

© Ernährungsberatung & Bewegungskoching München 2020