

ERNÄHRUNGS COACHING

GESUNDE ERNÄHRUNG. BESSERES LEBEN!

Perfekt für alle, die ihre Essgewohnheiten mit individuellem Coaching aufpeppen möchten, um einen echten Mehrwert im Leben zu schaffen – mit Spass und langfristigem Erfolg!

**10 % Rabatt
mit der Preventica
Membership**



Ob du dein Gewicht korrigieren möchtest, deine Ernährung an ein neues Bewegungsprogramm anpassen willst oder dich auf einen Wettkampf vorbereitest – du bestimmst, worauf du dich konzentrierst.

- Analyse deiner Essgewohnheiten im Alltag, im Job und in der Freizeit.
- Festlegen deiner persönlichen Ziele, passend zu deiner Lebenssituation.
- Unterstützung und Tipps zu Ernährungsthemen, die dir wichtig sind.
- Evaluierung für weitere Erfolge!

Infos, Preise &
Anmeldung **kostenlose**
Erstberatung



Ist das etwas für mich?

Finde es heraus in unserer kostenlosen Erstberatung (30 Min.) und profitiere bereits von ersten wertvollen Tipps.

Zusammen erreichen wir deine Ziele!

Zora Ernst, Ernährungstherapeutin (SPA)



PREVENTICA

Mühlethalstrasse 27, 4800 Zofingen | preventica.ch | info@preventica.ch | +41 62 552 08 08