

- Fühlst du dich oft müde, hast Heisshunger, Schlafprobleme oder Schwierigkeiten, dein Gewicht zu regulieren?
- Weisst du, dass diese Beschwerden häufig auf einen gestörten Stoffwechsel zurückgehen – und damit auf die Schaltzentrale deiner Gesundheit?
- Möchtest du nicht nur Symptome bekämpfen, sondern die Ursache an der Wurzel anpacken?
- Und das mit einer Ernährung, die nicht auf strengen Verboten beruht, sondern genussvoll, individuell und alltagstauglich ist?

Dann ist mein 12-Wochen-Coaching-Programm genau das Richtige für dich!

Metabolic Health bedeutet:

- deinen Blutzucker stabilisieren, um Energieeinbrüche und Heisshunger loszuwerden
- deine Leber zu entlasten, damit sie als Stoffwechsel- und Entgiftungsorgan optimal arbeiten kann
- deine Hormone ins Gleichgewicht bringen – für besseren Schlaf, stabile Stimmung und mehr Wohlbefinden
- präventiv gegen Krankheiten wie Fettleber, Insulinresistenz oder Typ-2-Diabetes vorzugehen

Ich begleite dich über 12 Wochen Schritt für Schritt dabei, deinen Stoffwechsel nachhaltig ins Gleichgewicht zu bringen.

Du erhältst fundiertes Wissen, alltagstaugliche Tipps und Rezeptideen, die leicht umzusetzen sind – auch bei einem durchgetakteten Alltag.

Schon nach kurzer Zeit wirst du die ersten positiven Veränderungen spüren: mehr Energie, einen klareren Kopf und ein besseres Körpergefühl.

Deine Vorteile:

- 1:1 Begleitung, individuell auf dich abgestimmt
- nachhaltige Ernährung ohne Kalorienzählen & Verbote
- Rezepte und Vorschläge für einfache, gesunde Mahlzeiten
- Motivation & Unterstützung, damit du dranbleibst

***“Ich helfe dir dabei,
Verantwortung für deine
Gesundheit zu übernehmen”***

Preis für mehr Gesundheit und Wohlbefinden CHF/EUR 999.–

