



Individuelle Stoffwechselformung für besseres Gewichtsmanagement

In den vergangenen Jahrzehnten haben Stoffwechselstörungen epidemische Ausmaße angenommen. Sie zählen zu den Hauptursachen der klassischen Zivilisationskrankheiten. Durch die wissenschaftlich anerkannte Stoffwechseldiagnose kann ein Ungleichgewicht im Stoffwechsel erkannt und Ansatzpunkte für eine Korrektur erarbeitet werden. Der Stoffwechsel ist der Motor für unsere Energie und je besser dieser eingestellt ist, umso vitaler und besser fühlen wir uns. Die einfache und schnell durchführbare Stoffwechselformung ist State Of The Art Prävention und sorgt für Klarheit. Sie bildet Ausgangs- und Kontrollpunkt für eine gesunde Zukunft.

NUTZEN FÜR DIE TEILNEHMER

- Sie analysieren Ihren Stoffwechsel und erfahren mögliche Ursachen von Abnehmblockaden, Energiemangel und Antriebslosigkeit.
- Sie erlangen Gewissheit über Ihre Stoffwechselaktivität.
- Sie erhalten Empfehlungen für eine stoffwechselformungsteoptimierte Lebens- und Ernährungsform und können dadurch Ihren Stoffwechsel optimieren.

ZIELGRUPPE

Mitarbeiter, die gesünder leben möchten und/oder die ihr Körpergewicht reduzieren oder halten möchten

ABLAUF

- Die wissenschaftlich anerkannte Stoffwechselformung misst mittels der High-Tech Atemgasanalyse. Der Mitarbeiter sitzt ruhig und atmet entspannt ca. drei Minuten über ein spezielles Mundstück ein und aus.
- Im Personal 1to1 Coaching: Besprechung des Ergebnisberichts und Empfehlungen für eine Stoffwechselformungsteoptimierung. Im Coaching können persönliche Fragen geklärt werden.
- Selbstverständlich unterliegen diese Gesundheitsdaten der Schweigepflicht.

Methoden: Stoffwechselformung und Besprechung Ergebnisbericht im 1to1 Setting

Dauer: Je nach TN Anzahl: z.B. bei 20 TN 1 Tag Messung, + 3 Tage Besprechung Ergebnisbericht (auch online möglich)



Referentin:

Silvia Balaban
Dipl.-Wirtschaftspsychologin [FH]
+49 [0] 1577 152 99 11
Silvia.Balaban@recalibration.de