Praxis für Ernährungsberatung Dr. Gabriele Schilling

Diplom-Ernährungswissenschaftlerin



Abnehmen nach Plan

Gewichtsreduktion nach Plan mit 1200 kcal/Tag. Übertragung der Erfahrung auf eine langfristige Ernährungsumstellung.

Ziel Gewichtsreduktion mit ausgewogenem Ernährungsplan,

Präventionsmaßnahme

Dauer 2 x 75 Minuten

Inhalt Für alle, die

• ihr Gewicht mit einer ausgewogenen Diät reduzieren wollen

• einen vorgegebenen Diätplan wünschen

 Anregungen für eine ausgewogene Ernährung nach der "Diätphase" suchen

Das Angebot umfasst

1. 2 x 75 Minuten Beratung

2. Besprechung des Ernährungsplans (1200 kcal/Tag)

3. Empfehlungen zur ausgewogenen Ernährung

4. Ernährungsplan und Kochbuch NIMM 5

Zielgruppe Erwachsene

Durchführung Einzelberatung

Voraussetzung keine

Dieses Angebot wurde unter www.eb-gs.de/display-angebot/82 gefunden. Erstellt am 18.11.2025