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 13.11.2026