

*DARM KUR

Gesunder Darm - Gesunder Mensch | 9 Tage Entschlackungskur

Anmeldung & Preis

Einstieg ist jederzeit möglich. Die Beratung kann persönlich oder online stattfinden. Preis: 520€ inkl. Unterlagen zum Mitnehmen.

Dieses Programm ist gut mit Job und Familie integrierbar!

So gehen wir vor

- Darm Kur wird nach Deinen persönlichen Bedürfnissen erstellt
- 4 x Beratungen (jeweils 60 Min.); 3 x Bauchbehandlungen, Lymphdrainage und Massage
- 2 x Körperzusammensetzung-Analysen (BIA Messung)
- Persönlicher Ernährungsplan inkl. Rezepte (du wirst immer satt sein)
- Sanfte Darmreinigung und Gewebe Entschlackung
- Tägliche Begleitung durch das Programm und Motivation
- Körper & Mind Detox Plan
- Atem- und Entspannungsübungen, sanfte Bewegung
- Wissenschaftlich belegte Methode

**Die Darm Kur basiert auf der Modernen FX Mayr Medizin*

Erstgespräch kostenlos

Melde Dich für ein Erstgespräch mit mir an (30 Min.), es ist kostenlos und erfahre wie Du Deine gesundheitlichen Ziele erreichen kannst.



Das erwartet Dich:

Nachdem wir den IST Zustand besprechen, machen wir die Bioimpedanz Analyse (BIA) der Körperzusammensetzung und legen Deine gesundheitlichen Ziele fest. Du bekommst einen persönlich an deine Bedürfnisse erstellten Ernährungsplan und wir besprechen nicht nur WAS wir essen, sondern WIE wir essen. Du bekommst einen Plan für die Aktivitäten im Alltag, wie z.B. Empfehlungen zur Darmreinigung, Körperbehandlungen, Atemübungen, Bewegung und Entspannung.

Ich begleite Dich täglich durch das Programm und motiviere Dich. Durch die Bauchbehandlungen regen wir die Verdauung sanft an und durch Lymphdrainagen und sanfte Massagen, unterstützen wir den Lymphfluss und somit die Entgiftung des Gewebes.

Beim Abschluss Gespräch führen wir eine Evaluierung durch, machen nochmal die BIA Körperanalyse und vergleichen die Werte vor dem Programmstart. Da kannst Du sehr gut die Veränderungen im Körper sehen, aber vor allem wirst Du sie spüren. Diese Darmkur ist ein guter Einstieg in eine Lebensstil-Veränderung, oder Ernährungsumstellung.

So fühlst Du Dich danach:

Du schläfst gut, bist voller Energie; die Verdauung ist top! Du bist ausgeglichen, entspannt und gut gelaunt. Der Stoffwechsel ist angeregt und der Energiespeicher voll. Deine Haut ist prall und Du merkst, wie die Kur wie ein Jungbrunnen gewirkt hat! Dein Immun System ist für den Winter gestärkt.

Anmeldung unter: 0699 185 485 66

E-Mail: natasa.untersmayr@outlook.com

Über mich

Meine Mission: Menschen für ein gesundes Leben zu begeistern! Unternehmen zu bewegen, Ressourcen, Budget & Zeit in die Gesundheitsförderung der MitarbeiterInnen zu investieren!

Ich war über 20 Jahre im Marketing großer Unternehmen tätig. Was mich aber am meisten beruflich geprägt hat, ist das Leben, Arbeiten sowie die Aus- und Weiterbildungen in vielen verschiedenen Ländern: Deutschland, Zypern, Griechenland, den USA & Südosteuropa. Meine internationale Erfahrungen mit Menschen machen meine Coachings so einzigartig und interessant!

Ich bin eine Unternehmerin mit Herz und Blut! Im Jahr 2014 habe ich meinen eigenen Health Club eröffnet und meine Leidenschaft, Menschen für gesundes Leben zu begeistern, zum Beruf gemacht (ich war lange Jahre Leichtathletikerin).

Es folgten zahlreiche Ausbildungen im Bereich Ernährung, Sport, Entspannung und der Gesundheitsvorsorge. Ich bin zertifizierter Gesundheitscoach. Spezialisiert bin ich auf die Darmgesundheit & habe die Ausbildung in der Modernen FX Mayr Medizin gemacht (Mitglied der internationalen Gesellschaft der Mayr Ärzte). Das MBA in Leadership/Entrepreneurship in Österreich und den USA runden meine Expertise ab.

In den letzten 10 Jahren habe ich über 1.000 Menschen unterstützt, ihre gesundheitlichen Ziele zu erreichen. In über 600 Workshops habe ich Menschen motiviert, auf gesunde Ernährung umzusteigen, sich bewusst zu entspannen und mehr Bewegung und Sport zu betreiben. Ich habe so viele Erfolgsgeschichten zu erzählen!

Die einen wollten abnehmen, die anderen ihre Rückenschmerzen los werden und wieder andere wollten einfach fit sein. Aber alle hatten ein Ziel: gesund zu sein und gesund zu bleiben!

Mein Motto: Alles ist möglich, denn wer will, der findet Wege und ich bin da, um den Weg aufzuzeigen und zu motivieren, am Weg zu bleiben.

Natascha Untersmayr, MBA

Gesundheitscoach



Mein Motto: „Wer will, der findet Wege.“



Hobby: selbstgemachte Lippenbalsame (Bio)



Berufung: mit meinen Vorträgen und Coachings begeistere ich Menschen für gesunde Ernährung, Bewegung und Entspannung!



Wusstest Du wofür die vier Blätter des Glücksklee in meinem Logo stehen?