



# ZUR WUNSCHFIGUR

## ...MIT DEM TRAINING FÜR DEINEN DARM

Drei Wochen lernst Du wie Du gesund & langfristig abnehmen kannst

### Anmeldung & Preis

Einstieg ist jederzeit möglich. Das Programm ist gut mit Familie und Job integrierbar.

Preis: 520€ inkl. Unterlagen zum Mitnehmen

### Das erwartet Dich

2x Körperanalyse: mit dem modernstem BIA Gerät ermitteln wir den IST Zustand und die Vitalität der Zellen, somit verfolgen wir die Fortschritte / Erfolge am Ende

Persönlicher Ernährungsplan: ohne Hungern, mit Rezepten

Darmkur ist inkludiert: Entschlackung und Darmreinigung- und Sanierung, gesunde Darmbakterien

1x ausführliches Anamnese Gespräch

3x Coaching Gespräche: Du wirst motiviert und lernst, wie Du in Zukunft weitermachen kannst

Persönlicher Trainings- und Bewegungsplan

Persönlicher Wellness und Mental Trainingsplan

### Erstgespräch mit mir kostenlos

Melde Dich für ein Erstgespräch mit mir an (30 Min.), es ist kostenlos.

Natascha Untersmayr, MBA

**Gesundheitscoach und  
Fachberaterin für Darmgesundheit**



**Möchtest Du lernen, wie Du gesund und langfristig abnehmen kannst, ohne zu hungern & wie Du das Gewicht halten kannst? Ich erstelle eine auf Deine Bedürfnisse abgestimmte Darmkur, ein Ernährungskonzept, sowie einen Bewegungs- & Trainingsplan. Mental Training und Wellness Programm sind inkludiert.**

Wir beginnen mit einer **IST Analyse** mit dem modernsten **BIA Körperanalyse Gerät** und definieren Deine **gesundheitlichen Ziele**. Mittels der BIA Körperanalyse Messung werden wir die **Fortschritte und Erfolge** verfolgen und aufzeichnen, denn ich bin überzeugt, wir werden einiges zu feiern haben!

Durch die **Darmkur** und Ansiedlung entsprechender **Schlank-Macher-Darmbakterien** stellt sich **der Erfolg** sicher und nachhaltig ein. Ich begleite Dich auf dem Weg zu Deinem Ziel und **motiviere Dich** mit zusätzlichen Wochen- Spezialaufgaben im Bereich der **Bewegung, Ernährung und der Entspannung**. Als Dein persönlicher Coach stehe ich Dir auch nach dem Programm bei Seite und bin für Deine Fragen und Anliegen da. Du bekommst von mir **alle Unterlagen mit**, wie Du am besten selbstständig und erfolgreich weiter machen kannst. Das Programm kann bei Bedarf auf 6, 12 oder 16 Wochen verlängert werden.

Melde Dich jetzt an, Start ist jederzeit möglich:

E-Mail: [natasa.untersmayr@outlook.com](mailto:natasa.untersmayr@outlook.com)

Telefon: 0699 185 485 66