

Eingangs-Check

Fr. 150.-

Anamnese / Messungen / Analyse Ernährungsprotokoll
90-120min.

Erstellung Ernährungsplan

Übergabe und Besprechung Ernährungsplan
60min.

Start / Umsetzung



SHAPE & HEALTH

Ernährungsberatung

Jasmine Bättig | 079 327 32 43 | Willisau

Nach Woche

1

3

5

8

Übergabe und Besprechung
2. Ernährungsplan
60min.

3 Standortbestimmungen (messen, wiegen), jeweils 30min.

12

Abschlussgespräch
60min.

Angebot **LIGHT**
3 Monate Fr. 790.-

Nach Woche

1

3

5

7

10

13

16

20

Übergabe und Besprechung
2. Ernährungsplan
60min.

7 Standortbestimmungen (messen, wiegen), jeweils 30min.

24

Abschlussgespräch
60min.

Angebot **LIGHT**
6 Monate Fr. 990.-

Nach Woche

1

3

5

7

10

13

16

20

24

28

32

36

40

44

48

Übergabe und Besprechung
2. Ernährungsplan
60min.

14 Standortbestimmungen (messen, wiegen), jeweils 30min.

52

Abschlussgespräch
60min.

Angebot **LIGHT**
12 Monate Fr. 1290.-

Nach Woche

1

3

5

7

9

Übergabe und Besprechung
2. Ernährungsplan
60min.

4 Standortbestimmungen (messen, wiegen) und Choaching, jeweils 60min.

12

Abschlussgespräch
60min.

Angebot **PREMIUM**
3 Monate Fr. 1090.-

Nach Woche

1

3

5

7

9

12

15

18

21

Übergabe und Besprechung
2. Ernährungsplan
60min.

8 Standortbestimmungen (messen, wiegen) und Choaching, jeweils 60min.

24

Abschlussgespräch
60min.

Angebot **PREMIUM**
6 Monate Fr. 1490.-

Nach Woche

1

3

5

7

10

13

16

20

24

28

32

36

40

44

48

Übergabe und Besprechung
2. Ernährungsplan
60min.

14 Standortbestimmungen (messen, wiegen) und Choaching, jeweils 60min.

52

Abschlussgespräch
60min.

Angebot **PREMIUM**
12 Monate Fr. 1990.-