



Ihr individueller Weg in eine Ernährungsumstellung mit

Sigrun Grahl

Gewünschte Ernährungsumstellung auf Grund von Gewichtsproblemen oder Verdauungsstörungen

1. Vorgespräch und Analyse
des Ernährungszustandes
ca. 45 min

individuelle Planerstellung von Sigrun Grahl

2. Planübergabe
für den individuellen Weg in die
Ernährungsumstellung mit genauen Vorgaben
ca. 90 min

3. 5 Verlaufstermine
nach individueller Abstimmung
und erneuten Messungen mit
bioelektrischer Impedanzanalyse
und intensiven Gesprächen zur Ernährungsumstellung
jeweils ca. 30 min

