GLEICH-GEWICHT
Ernährungscoaching

Wenn alles aus dem GLEICH-GEWICHT ist und Sie sich unwohl fühlen durch:

- **Reizdarmsymptome**
  wie Blähbauch, Verstopfung, Durchfälle
- **stetige Gewichtszunahme**
  nach Geburten, in und nach den Wechseljahren, emotionalen Stress
- **Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Allergien, Histaminintoleranz**
- **hormonelles Ungleichgewicht, Prädiabetes, Stimmungstiefs, eingeschlafene Libido.**

Mein Angebot für Sie:

8-WÖCHIGER KURS

Ein Kurs, der Ihnen als Einstieg in ein lebenslanges GLEICH-GEWICHT dienen kann. Der Schwerpunkt liegt auf der Verhaltensänderung und ich werde Sie motivieren, Essen neu zu denken.

Konzipiert für Frauen*, die sich eine dauerhafte Veränderung für sich und ihre Gesundheit wünschen.

*Männliche und queere Personen sind natürlich ebenfalls herzlich willkommen.

GLEICH-GEWICHT
Ernährungscoaching

8-WÖCHIGER KURS

KURS	**Abendkurs von 19.30 – 21.00 Uhr**
Start	**Mittwoch, 12. Juni 2024** Mi, 19.6./Mi, 26.6./Mi, 3.7./Mi, 10.7./ Mi, 17.7. – Sommerpause zur Umsetzung des Erlernten – Mi, 14.8./Mi, 28.8.
PREIS	**180 Euro pro Kurs**
ORT	**Villa der Möglichkeiten** Hummelsbütteler Landstraße 42 22335 Hamburg-Fuhlsbüttel

Ihre Voraussetzungen:

Es ist für Sie **jetzt** der richtige Zeitpunkt für Veränderung und Sie sind gerne in einer Gruppe*.

Bei Fragen oder Buchungswunsch schreiben Sie mir gerne eine E-Mail: **sybille@schiffke-coaching.de**

Sybille Schiffke – Schiffke Coaching
Hummelsbütteler Landstraße 42
22335 Hamburg
Telefon: 040-63707200
www.schiffke-coaching.de

*GLEICH-GEWICHT Ernährungscoaching biete ich auch als Einzelcoaching online und offline für Sie an – fragen Sie mich gerne!