



Lebens Balance GmbH
Corinne Schmitt



megasana GmbH

Gesundheitsförderung:

Ernährung, Stoffwechselanalysen,
Bewegung, Stressmanagement,
Massagen, Kurse, Seminare

Lösungsfindung und Psychologische Beratung
Bahnhofstr. 2
8500 Frauenfeld
Tel. 052 721 62 21 / Fax 052 721 62 23
info@lebensbalance.ch / www.lebensbalance.ch

Gesundheitsförderung und Prävention
Schwellmühlestrasse 1
9413 Oberegg
Tel. 071 891 10 60 / 079 794 63 42
info@megasana.ch / www.megasana.ch

Erreichen Sie nachhaltig Ihr Wunschgewicht!
Das Superduo „Psychocoaching“ und „Metabolic-Typing“

Gewichtsregulation dank Psychocoaching

In dieser Therapie setzt man dort an, wo Ihr Übergewicht bzw. Untergewicht entsteht: nämlich zu einem Grossteil in Ihrem Unterbewusstsein! Ihr Unterbewusstsein ist die treibende Kraft Ihres Stoffwechsels, Ihrer Nahrungsaufnahme, Ihrer Motivation, Ausdauer oder Ihrer Gefühlswelt. Unser Unterbewusstsein ist auf der Zellebene abgespeichert und wird von unserer Festplatte, dem Gehirn gesteuert. Auf dieser Festplatte läuft im Moment das Programm „Übergewicht“ oder „Untergewicht“. Durch gezielte Massnahmen werden nun neue Neuronen- Verbindungen gestärkt, wodurch ein neues Schlankheitsprogramm entsteht. Die Methoden helfen mit, Ihr Unterbewusstsein in Ihre gewünschte Richtung zu lenken.

Kennen Sie Ihren Stoffwechseltyp? Wissen Sie, dass Sie einzigartig sind?

Ihr körpereigener Stoffwechsel ist so individuell und einmalig wie Ihr Fingerabdruck. Er bestimmt Ihren Lebensrhythmus, Ihr Wohlbefinden und Ihre Leistungsfähigkeit. Mit der Stoffwechselanalyse "Metabolic Typing" lernen Sie Ihren Stoffwechsel kennen. Wir zeigen Ihnen den individuellen Bedarf und die richtige Auswahl an Kohlenhydraten, Eiweiss und Fett. Mit dem für Sie individuell abgestimmten Ernährungsplan, **geben Sie Ihrem Körper was er wirklich braucht**, und dies, ohne zu hungern. Es handelt sich um ein vielfach erprobtes Analyseverfahren (ohne Blutentnahme) zur Bestimmung Ihres Ernährungs- und Drüsentyps. **Es ist wichtig, den Drüsentyp zu kennen, denn dieser ist bei Gewichtsproblemen massgeblich beteiligt.** Wer seinen Drüsentyp kennt, kann auch gezielt an Problemzonen Gewicht verlieren (ohne Jojo-Effekt). Genau zu wissen was Ihrem Körper gut tut, verhilft zu Gewichtsreduktion, mehr Vitalität und Leistungsfähigkeit, verbesserter Konzentration und natürlich zu mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensqualität.



Wollen Sie mehr zur zu diesen beiden Methoden erfahren? Gerne laden wir Sie mit Freunden und Bekannten zu einem Informationsanlass ein, dies an folgenden Daten:

18. und 28. August 2009 jeweils 20.00 Uhr

**Ort: START Gründungszentrum Frauenfeld
Walzmühlestrasse 48, 8500 Frauenfeld**

Referenten: Corinne Schmitt, Psychologische Beraterin APF
Claudia Spiess, lizenzierte Stoffwechselberaterin „Metabolic Typing“

Ihr Besuch ist Geld wert: Jeder Besucher erhält einen Gutschein für einen Basis- und Vitalitätscheck zu einem Spezialpreis von Fr. 49.-- statt Fr. 100.-- sowie ein Gutschein für eine Sitzung Psychocoaching zum Spezialpreis Fr. 65.-- statt Fr. 120.--