

METABOLIC TYPING

Ekologiskt kost- och livsstilsprogram

***Optimera** kost, avgiftning, stressreducering, matsmältning, absorbering av näring etc för att bygga en så robust hälsa som möjligt samt nå din idealtvikt.*

***Individuellt avpassad** kost för dig efter skriftliga tester.*

***Upplägg:** 3 månader, 8 konsultationer via telefon eller personligt möte, . Gratis tungmetalltest ingår (så långt lagret räcker). Fri support via mail mellan mötena.*

***Detta program** hjälper dig att bygga upp en bra hälsa och naturligt nå din optimala vikt. Mat är medicin, men det som passar den ena kanske inte passar den andra. Programmet bygger på utbildning av dig så du LÄR dig veta vilken mat som passar dig och hur du ska göra för att bygga en bra hälsa och optimera din matsmältning, avgiftningskapacitet, cirkulation, förbränning etc. Du får personlig guidning och hjälp under hela programtiden.*

Om vi under programmets gång misstänker andra faktorer som ev förhindrar kroppen från att bygga optimal hälsa kan ytterligare tester utföras såsom matintoleranttest, hormontester, hårmineralanalyser etc. Två av dessa tester sker till självkostnadspris.

***Under** programmets gång ska du lämna in matdagböcker där du antecknar vad du äter och hur du mår efteråt.*

***Pris:** 3900:- inkl moms. En första introduktion är kostnadsfri!*

Avbetalning på 3 månader är möjlig. www.toppformhalmstad.se el tel 035-129400