

Newsletter



Es gibt Neuigkeiten

bezüglich toller Ernährungspläne für alle Bereiche

Rückblick

Wie ihr wisst, bin ich mittlerweile diplomierte Ernährungsberaterin und habe mir zusätzlich einige Zertifikate im Bereich KETO und auch Carnivore erarbeitet, sowie Sport & Fitness was mich sehr freut!

Aktuell

Ich habe mir zwar vollumfängliches Wissen im Ernährungsbereich angeeignet - mein Hauptinteresse gilt aber nach wie vor der ketogenen Ernährung - und darauf will ich mich auch spezialisieren.

NEWS! NEWS!

Deshalb werde ich künftig mit FOODPUNK zusammenarbeiten. Bei FOODPUNK gibts perfekte Ernährungspläne mit Begleitung, App und vielen weiteren unterstützenden Massnahmen. Ja, FOODPUNK bietet natürlich auch KETO Ernährungspläne an - die wirklich sehr gut sind - es lohnt sich wirklich - sofern man eine Veränderung möchte - sich für diesen Weg zu entscheiden.

KETO COACHING

2025 werde ich ein komplettes KETO Coaching Programm anbieten - für Anfänger, aber auch für "Fortgeschrittene". Dies enthält auf Wunsch auch jeweils die passenden Fitnesspläne.



Um aber ein umfangreicheres Gebiet abdecken zu können habe ich meine Fühler in viele Richtungen ausgestreckt - da ich persönlich nicht alles abdecken kann und das auch gar nicht möchte.