

630.-

Normal pack

- 6 semaines de coaching individuel
- 4 RDV en ligne ou en présentiel (Fribourg)
- Dossier personnel
- 3 capsules vidéo
- 4 semaines de plannings alimentaires + recettes qui vont avec
- Des challenges hebdomadaires
- Aux RDV, nous discutons de thématiques spécifiques
- À la fin du coaching, vous recevrez des docs utiles pour rester autonome
- Ebook de 80 recettes classées par type de menu
- Accès personnel à un dossier DRIVE
- Disponible par WA ou mail 5/7j

Vous souhaitez vous reprendre en main de A à Z avec un soutien personnalisé et connaître les bases d'une alimentation saine et équilibrée, ce pack est fait pour vous ! Il contient une vraie plus value en termes d'astuces, de conseils, de personnalisation et de soutien.

290.-

Baby pack

- 2 semaines de coaching individuel
- 2 RDV en ligne ou en présentiel (Fribourg)
- Dossier personnel
- 1 capsule vidéo sur les macronutriments
- 1 semaine de planning alimentaire + recettes
- Des challenges journaliers
- Ebook de 80 recettes classées par type de menu
- Accès personnel à un dossier DRIVE
- Disponible par WA ou mail 5/7j

Vous hésitez à prendre le Normal Pack? Ce pack plus léger peut déjà vous donner de bonnes bases sur vos besoins alimentaires. Ce pack est, en tout temps, déclinable en normal pack.



Bilan oligocheck

Bilan indolore et non-invasif qui vous permet de connaître

- vos éventuelles carences ou excès en oligo-éléments et vitamines
- votre charge en métaux lourds
- votre niveau de stress oxydatif
- votre tonus en général
- d'éventuels problèmes intestinaux

Des conseils 100% personnalisés en termes d'alimentation et de compléments alimentaires!

Un moyen simple et efficace de voir où en est votre organisme! Pas de suivi à proprement parler mais des conseils pour la suite afin d'être autonome. Vous pouvez bien sûr combiner ce bilan avec un normal ou baby pack pour encore + de personnalisation dans votre coaching nutritionnel.

228.-

Bilan gniomcheck

Vous permet d'analyser la composition de votre microbiote intestinal bactérien et révéler son implication sur votre santé. Notamment:

- les différentes bactéries présentes dans votre microbiotes (bonnes et mauvaises)
- l'équilibres entre ces bactéries
- leurs effets sur la perméabilité intestinale, l'inflammation, la gestion du poids, la régulation de l'immunité, les tendances aux allergies, l'équilibre émtionnel, le sommeil, les intolérances au fructose/lactose, etc...
- des conseils alimentaires et en compléments alimentaires en fonction des résultats du bilan

Un bilan très complet qui fournit des informations essentielles sur la santé de votre microbiote. Recommandé de le combiner avec le bilan oligocheck.

PRICE LIST

-5%
330.-

Bilan oligocheck
+ gniomcheck

-5%
712.-

Normal pack +
bilan oligocheck

-5%
390.-

Baby pack +
bilan oligocheck

-5%
930.-

Normal pack +
les 2 bilans

-5%
606.-

Baby pack + les
2 bilans