



Genussfasten mit dem **ICH**Faktor.



Es gibt nur einen Weg langfristig abzunehmen – Ihren!

Spüren Sie Schritt für Schritt die Wirkung Ihres Erfolgs.

Denn jeder hat ein gutes Körpergefühl verdient.

Schluss mit Radikaldiäten und Diäten passend für alle. Denn jeder Mensch ist anders und so auch sein Stoffwechsel und sein Alltag. Daher braucht auch jeder sein eigenes Abnehmprogramm. Sonst kann es passieren, dass Ihr Körper nicht alle benötigten Nährstoffe bekommt und die Notbremse zieht. Ihr Stoffwechsel schaltet dann auf Sparflamme. Das Resultat: Sie essen wenig und nehmen zu, Sie fühlen sich schlapp und müde. Ihr Körper bombardiert Sie mit Appetit und Heißhunger. Das hält niemand durch und meistens folgt der JoJo-Effekt.

Was ist das Geheimnis von Genussfasten?

Genussfasten ist keine Diät. Im Gegenteil: Genussfasten sorgt dafür, dass Ihr Körper alle Nährstoffe bekommt, die er braucht, bei weniger Kalorien. Denn nur dann baut er langfristig Körperfett ab. Mit Genussfasten stellen Sie Ihren Stoffwechsel vom „Speichermodus“ auf den „Verbrennungsmodus“. Damit zwingen Sie den Körper zum Fettabbau und schützen Ihre Muskulatur.

Das Programm basiert auf neuesten Forschungsergebnissen zum Thema Abnehmen, Stoffwechsel und Hormone.

Die Ich-Faktor - Garantie

- Eine Wissenschaftliche Studie zeigt einen Gewichtsverlust bis 10,2 kg in 6 Wochen durch Stoffwechsel-Aktivierung
- Speziell ausgebildete Fachleute im Gesundheitswesen betreuen Sie individuell vom Fasten zum Genuss
- Als Grundlage wird Ihr Ernährungszustand, Energiebedarf und Metabolischen Faktor bestimmt
- Sie erhalten, was Sie brauchen: Ihr persönliches Genussfasten-Rezept, genau abgestimmt auf Sie und Ihren Alltag
- Ihr Genussfasten-Rezept wird regelmäßig an Ihre Erfolge und Alltagssituationen angepasst
- Durch Schritweisen Übergang in eine gesunde und normale Ernährung wird der JoJo-Effekt verhindert
- Preis inkl. 3 individueller Beratungen: ab 245 €
- Kostenerstattung über Krankenkasse möglich

Teilnehmerbeurteilungen

„Ich hatte nicht das Gefühl eine Diät zu machen, ich war eigentlich immer satt.“

„Trotz Fasten bin ich leistungsfähiger als vorher. Und könnte Bäume ausreißen.“

„Ich esse mehr als vorher.“

„Ich habe mehr Selbstvertrauen.“

„Endlich kreisen meine Gedanken nicht mehr ständig ums Essen.“

„Ich weiß jetzt, wie einfach es geht und habe keine Angst mehr vor dem Zunehmen.“

