



Ernährungsberatung Nutri Gym

Mit Erfolg abnehmen und das Gewicht halten

In Zusammenarbeit mit Dr. Stefan Zähringer, Mythen Praxis in Schwyz, bietet der Swiss Holiday Park ein Ernährungsprogramm an. Ergänzt wird das Angebot durch ein Testing-Center, welches erlaubt, fundierte Aussagen über Körperbau zu erstellen.

Ernährungsprogramm zur Stoffwechsel-Optimierung und Gewichts-Reduktion.

«Auch wenn ich wenig esse, ich nehme einfach nicht ab». Diesen Satz hört man oft von Menschen, denen es schwer fällt, ihr Körpergewicht zu reduzieren oder zu halten.

Diäten haben immer den gleichen Ansatzpunkt: Einheitliche Ernährung und Kalorienreduzierung zur Gewichtsminde rung. Dabei wird unterstellt, dass alle Menschen den gleichen Stoffwechsel haben und dieselben Nahrungsmittel benötigen.

Wir stellen den Stoffwechsel in den Vordergrund und ermitteln, welche Nahrungsmittel für Ihren Stoffwechsel und für Ihr Drüsensystem geeignet sind.

Das von «gesund & aktiv» entwickelte individuelle Ernährungskonzept basiert auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen des Zusammenspiels zwischen Stoffwechsel und Ernährung.

**Machen Sie den ersten Schritt in eine gesunde Zukunft.
Stoffwechselanalyse inkl. persönliche Beratung für CHF 490.00.**



SWISS HOLIDAY PARK
Immer ein Erlebnis

Wir sind für Sie da

Das Nutri Gym Team steht Ihnen für eine unverbindliche Beratung gerne zur Verfügung. Rufen Sie an: 041 825 54 67 oder besuchen Sie uns am Fitness Desk.

Swiss Holiday Park

Fitnesscenter Swiss Gym
CH-6443 Morschach

Telefon +41 41 825 54 67
Fax +41 41 825 50 05
ernaehrungsberatung@shp.ch
www.fitnesscenter-swissgym.ch

SWISSgym
workout fitness testing