



SEMINARREIHE:

QIBOLI - Iss dich gesund & glücklich

Christina Schnitzler

Anmeldung zur 3-teiligen Seminarreihe in Mühldorf/Wachau:

Teil 1: Durchbruch zu deiner Wohlfühlernährung Do, 24.01.19 11 – 18 Uhr

Teil 2: Essen routiniert zubereiten und gut vertragen Do, 21.02.19 11 – 18 Uhr

Teil 3: Mit klaren Strategien dauerhaft glücklich essen Do, 28.03.19 11 – 18 Uhr

Die Seminarreihe „QIBOLI - Iss dich gesund & glücklich“ ist sowohl für die Leser des gleichnamigen E-Books konzipiert als auch für Beratungskunden, die sich Hilfe bei der Umsetzung wünschen.

Du lernst deinen Stoffwechselltyp besser kennen. Das Hintergrundwissen hilft dir selbstbestimmt genau das zu essen, was dir gut tut und du brauchst nie wieder irgendeinem Trend zu folgen. Du bekommst noch mehr Klarheit & Sicherheit in punkto Ernährung.

Veranstaltungsort: Gasthof Weißes Rössl - Roman Siebenhandl, 3622 Mühldorf / Wachau, Markt 17

Zeiten: jeweils donnerstags, 11 - 18 Uhr (14 – 15 Uhr Mittagspause),

inkl. Seminarunterlagen sowie Mittagessen mit Kaffee und Wasser

Preise:

Normalpreis: ~~€ 900~~ (€ 300 pro Tag)

Einführungspreis: € 591 (€ 197 pro Tag)

Ja, ich nehme verbindlich an der 3-teiligen Seminarreihe teil.

Name, Vorname: _____

Firma: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (siehe www.christina-schnitzler.at/agb) wurden gelesen und akzeptiert.

Verhinderung: Eine Umbuchung des Seminars ist bis 14 Tage vor Seminarbeginn ohne Angabe von Gründen kostenfrei möglich, sofern die Seminargebühr komplett bezahlt wurde.

Ort, Datum

Unterschrift



QIBOLI - Iss dich gesund & glücklich

Christina Schnitzler

3-teilige SEMINARREIHE:

Teil 1

Durchbruch zu deiner Wohlfühlernährung (Teil 1)

Du warst in der Beratung oder hast das E-Book „QIBOLI – Iss dich gesund & glücklich“ gelesen und willst noch mehr in die Tiefe gehen? Dann komm in dieses Seminar! Was dich erwartet:

- Du überprüfst dein Testergebnis.
- Du verstehst deine angeborenen Bedürfnisse in Bezug auf Ernährung besser.
- Du lernst die Lebensmittel auszuwählen und eine Mahlzeit daraus zu planen.
- Du lernst einen genialen Selbsttest und kannst im Zweifelsfall austesten, was dir gut tut.
- Du gehst mit einem genauen Plan und einem klaren Ziel nach Hause und kannst gleich loslegen mit dem richtigen Essen.

Teil 2

Essen routiniert zubereiten und gut vertragen (Teil 2)

Du hast das Seminar „Durchbruch zu deiner Wohlfühlernährung“ besucht und brauchst noch etwas Übung und Sicherheit bei der Umsetzung? Du bist unsicher, ob du wirklich alles verträgst? Dann komm in dieses Seminar! Was dich erwartet:

- Du gestaltest deine Lebensmittelliste ganz individuell für deine Bedürfnisse.
- Du verstehst den Unterschied zwischen Allergie, Unverträglichkeit und falschem Treibstoff für dein Testergebnis.
- Du suchst dir leicht die richtigen Zutaten aus.
- Du kannst deine Lieblingsrezepte so abwandeln, dass sie dich optimal versorgen.
- Du weißt, wie du deine Wohlfühlernährung in den Alltag integrierst.
- Du kennst außerdem die wichtigsten Maßnahmen, um dauerhaft dein Gewicht zu regulieren.

Teil 3

Mit klaren Strategien dauerhaft glücklich essen (Teil 3)

Du hast die Seminare „Durchbruch zu deiner Wohlfühlernährung“ und „Essen routiniert zubereiten und gut vertragen“ besucht und weißt, was du zum Essen brauchst. Es fällt dir aber immer noch schwer, es umzusetzen?

Dann komm in dieses Seminar! Was dich erwartet:

- Du kennst die Situationen, in denen es dir schwerfällt und verstehst warum.
- Du gestaltest diese Situationen neu.
- Du gehst mit klaren Strategien für diese Situationen nach Hause.
- Du isst endlich dauerhaft selbstbestimmt und fühlst dich richtig gut damit.

