

Cenník a popis služieb

ÚPRAVA ŽIVOTNÉHO ŠTÝLU A STRAVOVANIA		
Názov služby	Popis služby	Cena
BASIC	Analýza súčasných návykov (stravovací, pitný a spánkový režim) Analýza zdravotných problémov, pohybových aktivít a stresu Individuálne zostavený plán odporúčaní so zameraním na stravovací/pitný režim, spánok, stres a pohybové aktivity	39€
PREMIUM	<i>Cena zahrňuje ten istý balík služieb ako v prípade služby "BASIC", s týmito extra službami:</i> Komplexná analýza stravovacích návykov , identifikácia diétnych chýb z pohľadu makro/mikroživín a pitného režimu za 5 dní Personalizovaný suplementačný plán (individuálny plán doplnkov výživy)	59€
PREMIUM+	<i>Cena zahrňuje ten istý balík služieb ako v prípade služby "PREMIUM", s týmito extra službami:</i> Monitoring (30 - dňový)*	109€
DOPLNKOVÉ SLUŽBY		
	Personalizovaný suplementačný plán (individuálny plán doplnkov výživy)	29€
	Analýza stravovania z pohľadu makro/mikroživín za 3-5 dní	19€
	Tel. konzultácia (cca 45min.)	39€
	Tlač dokumentov, hrebeňová väzba a odoslanie poštou	19€

*zmeny nie je ľahké urobiť naraz a treba ich robiť postupne, tak aby boli z dlhodobého hľadiska udržateľné. Počas 30 dní vás môžem viesť k zmene, ktorá bude postupná a z dlhodobého hľadiska udržateľná. Zmeny budeme zavádzať postupne s ohľadom na váš čas a pripravenosť.