

# Jenny Shead

Gesundheitsberatung | Gesundheitsbegleitung | Fasten

[www.jenny-shead.de](http://www.jenny-shead.de) | [www.entspannt-fasten.de](http://www.entspannt-fasten.de)

## Angebote & Preise

Stand: 1. Oktober 2021

<b>Unverbindliches Kennenlern- und Info-Gespräch</b>	ca. 30 min	kostenfrei
<b>Individuelle Ernährungsberatung</b>	90 min	80 €
<b>Individuelle Gesundheitsbegleitung</b>		
Erster 4-Wochen-Zyklus	1 Treffen á ca. 90 min, vorzugsweise Walk & Talk in der Natur, 1 Telefonat pro Woche, tägliche Beantwortung von evtl. Fragen per Messenger oder E-Mail, Rezepte auf Wunsch	120 €
Jeder weitere 4-Wochen-Zyklus		100 €
Gemeinsam kochen (exkl. Zutaten)	90 – 120 min	80 €
<b>Individuelle Fastenbegleitung</b>		
Fastenberatung 1 individuelle Dosis Glaubersalz + Beantwortung individueller Fragen per Mail oder Messenger während der selbständig durchgeführten Fastentage inklusive	90 min	80 €
5 geplante Telefongespräche	á 15 – 20 min	80 €
1 begleitete Fastenwanderung	ca. 180 min	80 €
24-Stunden-Rufbereitschaft	6 Tage	80 €
Ernährungsberatung	90 min	80 €
Komplettpaket Fasten individuell	Fastenberatung, 5 Telefongespräche, (1 begleitete Fastenwanderung), 24-h-Rufbereitschaft, Ernährungsberatung	350 € / 280 €
<b>Gruppenkurse</b>		
Ambulantes Fasten in Berlin	6 Tage fasten nach Buchinger & Lützner mit 4 Wanderungen á 3-4 h, frisch gepressten Bio-Säften, hausgemachter Bio-Brühe u.v.m. Details & Termine unter <a href="https://www.jenny-shead.de/fasten-in-berlin/">https://www.jenny-shead.de/fasten-in-berlin/</a>	290 €
Fasten im Job	5 Tage fasten nach Buchinger & Lützner 2 Wanderungen, 2 Abend-Spaziergänge, hausgemachte Bio-Fastenverpflegung u.v.m. Details & Termine unter <a href="https://www.jenny-shead.de/fasten-im-job/">https://www.jenny-shead.de/fasten-im-job/</a>	240 €
Gesundheitswandern	3-4 Stunden wandern im Berliner Umland, Picknick, Austausch über Gesundheitsfragen u.v.m. Details und Termine unter: <a href="https://www.jenny-shead.de/gesundheitswandern/">https://www.jenny-shead.de/gesundheitswandern/</a>	12 €

Die Preise für Vortragsseminare und Kurse können Sie der jeweiligen Beschreibung auf der Website [www.jenny-shead.de](http://www.jenny-shead.de) entnehmen.

Terminvereinbarungen unter

<https://www.jenny-shead.de/kontakt> oder 0173/2374169

Mein Telegram-Kanal für Inspirationen und Motivation:

[https://t.me/jenny\\_shead](https://t.me/jenny_shead)