

Jenny Shead

Gesundheitsberatung | Gesundheitsbegleitung | Fasten

www.jenny-shead.de | www.entspannt-fasten.de

Angebote & Preise

Stand: 1. Januar 2022

| | | |
|---|---|---------------|
| Unverbindliches Kennenlern- und Info-Gespräch | ca. 30 min | kostenfrei |
| Individuelle Ernährungsberatung | 90 min | 80 € |
| Individuelle Gesundheitsbegleitung | | |
| 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 € |
| Individuelle Fastenbegleitung | | |
| 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 € |
| Gruppenkurse | | |
| 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 https://www.jenny-shead.de/fasten-in-berlin/ | 295 € |
| Fasten im Job | 5 Tage fasten nach Buchinger & Lützner 2 Wanderungen, 2 Abend-Spaziergänge, hausgemachte Bio-Fastenverpflegung u.v.m. Details & Termine unter https://www.jenny-shead.de/fasten-im-job/ | 240 € |
| Gesundheitswandern | 3-4 Stunden wandern im Berliner Umland, Picknick, Austausch über Gesundheitsfragen u.v.m. Details und Termine unter: https://www.jenny-shead.de/gesundheitswandern/ | 12 € |

Die Preise für Vortragsseminare und Kurse können Sie der jeweiligen Beschreibung auf der Website 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