



André Schönbeck
F O O D & B O D Y C O A C H



„Optimale Ernährung & Bewegung
ist die Medizin der Zukunft“

A.S.

Der "Einstieg"

ist eine persönliche und individuelle, Metabolic Typing und Ernährungs-Analyse.

3 Beratungs-Termine, inklusive DETOX Plan

Diese Stoffwechsel-Analyse ist für alle Personen, Normalgewichtige und bei Ernährungsbedingten Krankheiten geeignet.

Beratungsort Berlin Im Ärztehaus "Rudolf Virchow" oder per Skype und Telefon deutschlandweit, Österreich und Schweiz.

Mit Hilfe der Ernährungsanalyse können Sie leicht feststellen, zu welchem Stoffwechsel-Typ Sie gehören. Sie erkennen damit die Fehler Ihrer bisherigen Ernährungs-Gewohnheiten und können somit langfristig Ihre Ernährung optimieren.

Aus der großen Menge von unterschiedlichen Empfehlungen (KH-Typ, Misch-Typ oder EW-Typ), Wissen Sie endlich welche Ernährungsweise für **SIE** die richtige ist.

Sitzung 1 ca. 60 min. Beratungsort Berlin, per Skype oder Telefon deutschlandweit, Österreich und Schweiz

Am Anfang der Ernährungs- Analyse steht eine umfangreiche Anamnese die Auswertung und das persönliche Gespräch erbringen erste Erkenntnisse und zeigen, wo Handlungsbedarf besteht.

Vertiefung der Analyse wird erreicht durch die Metabolische-Stoffwechsel-Bestimmung, Auswertung der Ernährungsgewohnheiten, eine Vitaminanalyse, sowie eine Säure-Basen-Profil Erstellung. Diese Parameter sind das präziseste und unbestechlichste Gedächtnis Ihrer Lebensweise.

Im Anschluss der ersten Sitzung erhalten Sie vor Ort ein Analyse-Set. Beratung per Skype oder Telefon per Post zugestellt. Anleitung, Fragebogen-Katalog, Eine Urindiagnostik, Ernährungs-Tagebuch, Teststäbchen zur Abschätzung der Nahrungsmittelreaktion und Säurebelastung, diese Unterlagen bearbeiten Sie bequem von zu Hause aus. Im Anschluß senden Sie per Post Ihre Testergebnisse und ausgefüllten Unterlagen ins Ärztehaus "Rudolf Virchow".



Sitzung 2 und 3 ist eine Doppel Sitzung ca. 90 min.

Nach ca. 14-21 Tagen erhalten Sie ein zuvor vereinbartes persönliches Auswertungs- und Beratungs-Gespräch.

Sie erhalten:

- Persönliche Beratung
- Inklusive einer ausführlichen Liste mit ca.1.000 individuell für **SIE** bewerteten, geeigneten und nicht geeigneten Lebensmitteln
- Ein ca. 14 tägigen DETOX plan
- Vitamin & Mineralstoff-Empfehlungen passend zum individuellen Bedarf
- BIA-Messung
- Auswertung ihrer Ernährungsgewohnheiten
- Beratung, bei Ernährungsbedingten Krankheiten
- Auswertung Ihrer Labor-Parameter

Nach vorheriger Absprache ist es möglich Ihre ca. 60 Seiten umfassende Auswertung, inkl. persönlicher Lebensmittelliste per USB-Stick oder als gebundene Druckausgabe zu erhalten. Österreich und Schweiz per email als PDF-Datei.

Kosten für die Ernährungs-Analyse und Individueller Beratung: 300 €

[NEU: Beratung auch per Skype!](#)

Ihr

André Schönbeck und Praxisteam

Ernährungsberater & Orthomolekular-Therapeut