

Vægttab: Sammen finder vi den metode, der giver dig et vægttab på 500-1 kg om ugen. Alle vores veje til vægttab, har indbygget livsstilsforandring, så du ikke skal opleve jo jo vægt. Vi arbejder med begrebet 'Personlig Ernæring'. Det betyder, at én metode sjældent er løsningen. Vi har mange års erfaring og vi finder altid frem til den bedste løsning for dig og din krop.

PCO/PCOS: Vi kan hjælpe dig med at få den rette sammensætning af maden, så du kan leve sundt og forebygge diabetes type 2. Vi sørger for at din insulinresistent falder, at du taber dig omkring maven, at du træner på den rette måde, at du øger din fertilitet, hvis du drømmer om at blive gravid.

Sund tarm: Vi er specialiseret i irriteret tarm, IBS. Vi kan identificere de fødevarer du reagerer på og sammensætte en diæt til dig, der får symptomer med oppustethed, luft i maven, skiftende afføring og ubehag til at gå væk.

Overgangsalder: Vil du undgå de klassiske 10 kilo plus i denne overgang, kan vi hjælpe dig. Med vores kur 40 plus minus 10, kan du få et vægttab, selvom kroppen kæmper imod.

Personlig boostkur: Her får du både kur og træning, sammen med livsstilsforandring og dermed noget der kan holde på den lange bane.