

Vegan Switch. Prijslijst

Vegan Switch Basic: € 159,-

Wat krijg je:

- protocol 10 daagse.
- suppletie 10-daagse + pot Greens.
- Intake met bespreking protocol: voeding, sport en ontspanning.
- Evaluatie: tips voor vervolg.
-

Vegan Switch Regular: € 179,-

Wat krijg je:

- protocol 10 daagse.
- suppletie 10-daagse + pot Greens.
- Intake met bespreking protocol: voeding, sport en ontspanning.
- Lichaamsmeting: vetpercentage, BMI, taille/heup verhouding en bloeddruk.
- Evaluatie: tweede lichaamsmeting + tips voor vervolg.

Vegan Switch Advanced: € 399,-

Wat krijg je:

Vegan switch vervolgd door volledige Sportvasten kuur.

- protocol 10 daagse vegan switch.
- suppletie 10-daagse + pot Greens.
- Intake met bespreking protocol: voeding, sport en ontspanning.
- Lichaamsmeting: vetpercentage, BMI, taille/heup verhouding en bloeddruk.
- Evaluatie en tevens intake voor het sportvasten met lichaamsmeting.
- Tijdens de intake doen we een fiets test om je trainingszone voor de sportvasten. kuur te bepalen
- Gebruik hartslagmeter indien nodig tijdens de kuur.
- Bespreking protocol met voeding, training en suppletie.
- Begeleiding tijdens de Sportvastenkuur.
- Evaluatie met meting, keep the switch richtlijnen en aanvullend voedingsadvies.
- Sportvasten boek.