

Výživová poradna

- Rozhodli jste se zatočit s kily navíc?
- Získat hezčí a pevnější postavu?
- Zlepšit si kondici?
- Chcete poradit s úpravou Vašich stravovacích návyků?
- Nevíte, jaká pohybová aktivita je pro Vás ta pravá a v jaké zóně tepové frekvence je pro Vás cvičení efektivní?



Měření na přístroji **OMRON BF 511**

První měření skladby těla + vyhodnocení výsledků	150,-
Druhé a další měření skladby těla	100,-

První konzultace

- rozbor stávajícího stravovacího a pohybového režimu (60 minut)
- doporučení úpravy stravovacího a pitného režimu
- měření skladby těla na přístroji OMRON BF 511
- výpočet zón tepové frekvence

800,-

Každá následující konzultace (30 minut)

- kontakt přes e-mail ZDARMA

200,-