

Ett Hälsoprogram

för en bättre livsstil

Vill du leva sundare och må bättre?

Vi är stolta och glada att vi kan erbjuda ett livsstilsprogram, som alla kan ta till sig och dra hälsofördelar av – även om man inte har som mål att gå ner i vikt. Det är inget traditionellt "bantningsprogram" utan ett program för en sundare livsstil.

Programmet passar även dig som gärna vill minska din vikt. Övervikt eller fetma bidrar till ökad risk för metabola sjukdomar som hjärt- kärlsjukdomar, diabetes, demens och vissa cancersjukdomar.

Med det här programmet får du effektiv hjälp att nå en hälsosammare vikt.

*Du ansvarar för din hälsa och ditt liv
– ingen annan gör det.*

Om programmet



Programmet omfattar 42 dagar

och innehåller följande:

- ✓ Balanserat kostprogram
- ✓ Tips på vardagsmotion
- ✓ Daglig coaching



Målsättning:

- ✓ Att bryta gamla mönster
- ✓ Att få inspiration till matlagning
- ✓ Att förbättra hälsan

Låter det intressant?

Boka då tid med oss för en gratis diskussion!



AU Larsson Trading AB

mail@aularsson.com

Agneta Jarl Larsson 0732-41 40 00

Ulf Larsson 0733-50 66 88