

KONTAKT

Vereinbaren Sie einen Termin zur Beratung.

Sie erhalten individuelle Ernährungsempfehlungen und praktische Tipps für den Alltag!

Ich biete Ihnen eine qualifizierte Ernährungsberatung auf der Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse. Durch regelmäßige Fortbildungen bleibe ich für Sie auf dem neuesten Stand.

Jasmin Müller

Diplom Oecotrophologin und Fitnesstrainerin

Tel. 02133.973319 // Fax 02133.973320

jasmin.mueller@meditrain-dormagen.de

Wir prüfen in der Beratung auch, ob eine Kostenbeteiligung Ihrer Krankenkasse möglich ist.

MEDITRAIN GmbH

An der Sausweide 6
41542 Dormagen/Nievenheim

Tel. 02133.973319
Fax 02133.973320
info@meditrain-dormagen.de

www.meditrain-dormagen.de



Ernährungsberatung

Diplom Oecotrophologin & Fitnesstrainerin
Jasmin Müller



Genuss mit gutem Gewissen

Die Basis für Ihre Gesundheit und Fitness ist eine optimale Ernährung. Sie gehört zum Leben dazu und ist deshalb besonders wichtig. Sie beugt Krankheiten vor, steigert die Lebensqualität und Leistungsfähigkeit.

Die Erfahrung zeigt, dass Sie mit der richtigen Ernährung besser leben, im Alltag, im Sport und im Beruf.

Sie stellen mit meiner professionellen Unterstützung Ihre Ernährung erfolgreich und dauerhaft um.

Sie essen weiter, dass es Ihnen schmeckt, aber Sie essen, was zu Ihnen passt.

Alle Möglichkeiten

- Einzelberatung
- Ernährungskurse

- Vorträge / Themenabende
- Seminare / Workshops

- Familiencoaching

- Ernährungsberatung
- Fitness-Betreuung

Kinder Kurse

Für übergewichtige Kinder gibt es einen speziellen Ernährungs- und Bewegungskurs, in dem die Kinder spielerisch an eine gesunde und schmackhafte Ernährung herangeführt werden. Das Programm macht Spaß an der Bewegung und fördert somit das Abnehmen.

Fitness Extras

Sport und die richtige Ernährung bilden eine Einheit. Eine Kombination ist bei der Verwirklichung Ihrer Ziele hilfreich. Ich unterstütze Sie in beiden Fällen als Fitnesstrainerin und Ernährungs-Coach bei Meditrain.



Ich stimme Ihre Ernährung speziell auf den Sport ab.

- Gewicht senken und Fett reduzieren
- Muskelaufbau an den richtigen Stellen
- Figur aufbauen
- Körper straffen

Sichtbare Ergebnisse und Erfolge speziell abgestimmt für Frauen und Männer. Auch für ambitionierte Freizeitsportler mit Wettkampfzielen geeignet.