



# Gewichtsmanagement

Das Wunschgewicht erreichen und leichter leben

**VERTRAUEN SIE AUF  
IHRE INDIVIDUELLE  
ABNEHMSTRATEGIE**

Werfen Sie überflüssigen Ballast ab und machen Sie sich bereit für ein leichteres und gesünderes Leben.

Mit dem im.puls Gewichtsmanagement unterstützen wir Sie beim Abnehmen und helfen Ihnen dabei, einen gesunden, vitalen und genussvollen Lebensstil zu entwickeln.

Damit Sie Ihr Wunschgewicht nicht nur erreichen, sondern auch langfristig halten können.

## INDIVIDUELLE BERATUNG

**Bei einem ersten Checkup finden wir heraus, was Sie brauchen, um GESUND ABZUNEHMEN und Ihr GEWICHT LANGFRISTIG ZU STABILISIEREN.**

Besprechen Sie mit uns **als erstes Ihre Gewichts-Geschichte**. Dabei betrachten wir die vier Säulen Medizin, Ernährung, Bewegung und Psychoemotion (z. B. Stress). In unserem Termin **Analysieren wir die Körperzusammensetzung mittels BIA**. Als Abschluss erarbeiten wir eine **individuelle Abnehmstrategie** für Sie. Je nach Schwerpunkt stehen Gesundheit, Ernährungsoptimierung, Stabilisierung oder Transformation im Vordergrund. Unterstützend bieten wir Ihnen ganzheitliche Therapien wie Nährstoffoptimierung und Metabolic Tuning, Entgiftung und Darmgesundheit, Akupunktur oder Biofeedback an.

## UNSER EINSTEIGERANGEBOT

IM.PULS GEWICHTSMANAGEMENT

**FIRST STEP (50min)**

**139€**

Der erste Schritt zum Wunschgewicht. Ihr persönliches Gespräch mit individueller Beratung.

- Medizinische Anamnese und Besprechung Ihrer Gewichts-Geschichte
- Analyse der Körperzusammensetzung mittels Bioelektrischer Impedanzanalyse (BIA)
- Planung Ihrer Abnehmstrategie

*Unser Körper ist ein Garten, und unser Wille der Gärtner...*

*William Shakespeare aus Othello*

# DIE VIER SÄULEN DES GESUNDHEITS- MANAGEMENTS

Übergewicht ist eine recht **komplexe Sache**. Eindimensionale Strategien – wie zum Beispiel weniger zu essen oder mehr Sport zu treiben – greifen daher in den meisten Fällen zu kurz.

Unser **ganzheitlicher Ansatz** hingegen berücksichtigt die wichtigsten Faktoren für Übergewicht und bezieht auch deren Wechselwirkungen mit ein.

*Aus meiner tiefsten Seele zieht  
mit Nasenflügelbeben  
ein ungeheurer Appetit nach  
Frühstück und nach Leben.*

*Ringelmatz*

## MEDIZIN

Medizinische Ursachen für Übergewicht, Risikofaktoren, Limitierungen und Begleiterkrankungen werden identifiziert und behandelt. Auch im Sinne der Gesundheitsvorsorge.

## ERNÄHRUNG

Ernährungsgewohnheiten werden analysiert und optimiert, um mit der richtigen Strategie eine ausgewogene Ernährung mit negativer Kalorienbilanz zu erreichen.

## BEWEGUNG

Bewegungsdefizite werden aufgedeckt und behoben. Stabilität und Leistungsfähigkeit werden durch Sport gesteigert. Das Abnehmen wird bestmöglich unterstützt.

## PSYCHOEMOTION

Psychoemotionale Themen wie Stress, Selbstwahrnehmung, Lifestyle und Genussfähigkeit werden erkannt, besprochen und aufgearbeitet.



## WO SIE UNS ERREICHEN

Individuelle Behandlungs- und Beratungstermine nach Vereinbarung

++43 463 56117

office@impulsinstitut.at

www.impulsinstitut.at

Koschatstrasse 20 - 9020 Klagenfurt

