

КОНСУЛЬТАЦИЯ И ВЕДЕНИЕ ПО ПИТАНИЮ. СОСТАВЛЕНИЕ КОМПЛЕКСА ТРЕНИРОВОК .

Примечание: при необходимости список основных анализов присылается заранее в мессенджер.

STANDART – карта

Ценность: 15.250 руб

Длительность совместной работы – 1 месяц

- 1.Мы постоянно на связи!
- 2.Работая вместе плавно чистим питание и внедряем тренировки в нашу жизнь.
3. Лично слежу за дисциплиной и отвечаю на любые вопросы.

Что включает карта: ваши анализы , анкетирование, заполнение дневника питания, корректировка при необходимости

- Расшифровку анализов. При необходимости рекомендации для дополнительных исследований, на посещение специалистов.
 - На основе вашего запроса и анализов составляется индивидуальный рацион питания на неделю
 - Расписывается индивидуальный план по тренировкам и другим активностям
 - Рекомендации по режиму дня и нутрицевтикам, «быстрая аптечка»
 - Полный список продуктов и магазинов, где их можно приобрести
 - Ответы на ваши вопросы в течении нашей совместной работы, отслеживание и корректировка изменений.
- Срок исполнения готовой карты: 3 – 4 дня

VIP – карта

Ценность: 29900 руб

Длительность совместной работы - 2 мес.

- 1.Мы постоянно на связи!
- 2.Работая вместе плавно чистим питание и внедряем тренировки в нашу жизнь.
3. Лично слежу за дисциплиной и отвечаю на любые вопросы.

Включает: ваши анализы, анкетирование, заполнение дневника питания, отслеживание изменений и их корректировка.

- Расшифровку анализов. При необходимости рекомендации для дополнительных исследований, на посещение специалистов

- На основе вашего запроса и анализов составляется индивидуальный рацион питания на неделю
 - Расписывается индивидуальный план по тренировкам и другим активностям
 - Рекомендации по режиму дня и нутрицевтикам
 - Полный список продуктов и магазинов, где их можно приобрести
 - Личное сопровождение в течение 2 месяцев. Контроль питания, режима дня, тренировок. Возможна встреча Online/Offline один раз в неделю.
 - Дополнительные материалы по питанию и тренировкам
 - Ответы на любые ваши вопросы
- Срок исполнения готовой карты: 3 – 4 дня