

Das unspektakulärste Abnehmprogramm

Der Gesundheitstipp eines renommierten Mediziners, der weiss wovon er spricht

Nein, da erhalten Sie keine «Gesundheitstipps» von «Pseudo-Experten» in Form von Diätdrinks, Pillen und Magenband-Ops. Nein, hier werden Gewichtsprobleme nicht wie üblich symptomatisch bewirtschaftet, die Krankenkasse alljährlich belastend. Und nein, Sie brauchen sich mit Ihrem Gewicht auch nicht abzufinden. Vitalance hilft Ihnen auf selbstverantwortliche und motivierende Weise, das zu ändern, was zu Ihrem Gewichtsproblem führte – Ihre Essgewohnheiten. Völlig unspektakulär, aber nachhaltig!



Von Prof. Dr. med. Thierry Carrel empfohlen:

«Das Vitalance-Ernährungsprogramm ist wissenschaftlich fundiert und alltagstauglich in der Umsetzung. Ich musste mir eingestehen, dass ich als Mediziner zwar einiges über Ernährung wusste, aber vieles im Alltag nicht umsetzen konnte. Genau das ist das Problem vieler Übergewichtiger: Der Wille wäre grundsätzlich da, aber die Umsetzung ohne Begleitung ist mangelhaft. Ich war von Anfang an von der Notwendigkeit eines Coachings überzeugt.»

Prof. Dr. med. Thierry Carrel, Direktor der Universitätsklinik für Herz- und Gefässchirurgie, Inselspital Bern

Essen soll Spass machen, kein schlechtes Gewissen

Dies ist einer der wichtigsten Grundsätze von Vitalance. Statt auf alles Gute zu verzichten, zeigt Ihnen Romy Bernhardsgrütter wie Sie mit Freude und ohne schlechtes Gewissen essen und dennoch effizient abnehmen können.

Der Ursache auf den Grund gehen, statt Symptombekämpfung

Vitalance hilft Ihnen das zu verändern, was zum Übergewicht führte – Ihre Essgewohnheiten. Sind diese einmal geändert, im Alltag gefestigt und automatisiert, ist dies das Ende Ihrer Diätkarriere.

Professionelle, individuelle Betreuung

Vielleicht wissen Sie bereits viel über Ernährung, aber haben alleine nicht die Kraft, Ihr Wissen konsequent umzusetzen. Dank individuellen, verständnisvollen Einzelberatungen ist es Romy Bernhardsgrütter möglich, Ihren Erfolg zu steuern und optimal auf Ihre Bedürfnisse einzugehen. Das Resultat: Sie nehmen **rund 0,8 Kilo pro Woche ab**, bleiben stets motiviert und bekommen Ihr Gewicht, Ihre Ernährung und Figur Schritt

für Schritt unter Kontrolle. Denn Sie und Ihr Coach zusammen sind stärker als Ihr innerer Widerstand.

Jetzt Termin reservieren und von 10% Rabatt profitieren

Wenn Sie voraussagbar und nachhaltig abnehmen und Ihre Essgewohnheiten langfristig optimieren möchten, offeriert Ihnen Vitalance ein unverbindliches Abklärungsgespräch mit Ernährungsanalyse. Rufen Sie jetzt an und reservieren Sie sich Ihren Termin unter:

Telefon 031 333 07 50

Sprechstunde Mo-Fr, 09.00-19.00 Uhr

oder siehe weitere Praxis-Standorte unter www.vitalance.ch



Für körperliches Wohlbefinden

Vitalance, R. & R. Bernhardsgrütter
Moserstrasse 52, 3014 Bern
www.vitalance.ch, info@vitalance.ch



Romy Bernhardsgrütter, Gründerin von Vitalance

Sie entwickelte 1990 das Vitalance-Ernährungsprogramm mit dem Ziel, der Ursache von Gewichtsproblemen auf den Grund zu gehen und hat seither hunderten von betroffenen Frauen, Männern und Jugendlichen geholfen. Schon damals war ihre Devise: **Diätdrinks, Modediäten und Pillen sind kein Ersatz für bessere Essgewohnheiten.**

Romy Bernhardsgrütter hilft Ihnen auf persönlicher Basis, Ihr Essverhalten auf systematische Weise zu verbessern und dadurch ca. **0,8 Kilo pro Woche** abzunehmen – unspektakulär, aber nachhaltig und mit viel Einfühlungsvermögen.

Die Vitalance-Methode ist an folgenden Standorten erhältlich: Bern, Lyss, Murten, Solothurn, Thun, Interlaken, Aarau, Basel, Zürich, siehe auch unter www.vitalance.ch oder www.vitalyse.ch