



# Einfach Voll Aktiv

energiereich ★ vielfältig ★ ausgewogen



## Zum WOHLFÜHLGEWICHT mit dem **EINFACH VOLL AKTIV-PAKET**

### Was dich erwartet

- ERNÄHRUNGSUMSTELLUNG INDIVIDUELL ANGEPASST 
- BETREUUNG ÜBER 3 – 6 MONATE (6 Termine)
- DIGITALE REZEPTE MIT VIELEN IDEEN UND INSPIRATIONEN
- 6 x BIO IMPEDANZ KÖRPERANALYSE MESSEUNG
- TEILNAHME IN DER EINFACH-VOLL-AKTIV FACEBOOKGRUPPE
- VIEL MOTIVATION ★ 
- EINE KOSTENLOSE smovey TRAININGS-EINHEIT in meinen Kursen

Kosten für 6 Termine\*: € 252,- inkl. Ust  
individuelle Terminvereinbarung  
Einzeltraining  
weitere Infos und Terminvereinbarung bei



**Eva Haimberger**

Dipl. Ernährungstrainerin

[www.einfach-voll-aktiv.at](http://www.einfach-voll-aktiv.at)

Facebook: @ EVA-Einfach Voll Aktiv

Instagram: #einfachvollaktiv



- Ziel:** Schritt für Schritt zum Wunschgewicht  
Je nach DEINEN Bedürfnissen.  
Abgestimmt auf DEINEN Alltag. DEINE Vorlieben..
- Zielgruppe:** ALLE, die es endlich angehen wollen.  
FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT. MEHR WOHLBEFINDEN.  
Egal, ob du 3 kg oder 20 kg abnehmen willst...
- Konzept:** Betreuung über 6 Termine.  
Ein auf DICH abgestimmtes Programm.  
Laufende Körperanalyse (BIA-Messung).  
Viel Motivation, die zum Durchhalten anregt.  
individuelle Terminvereinbarung.  
Persönliche Einzeltrainings
- Inhalte:** Basis-Startertraining zur Ernährungsumstellung (Dauer 80-120')  
5 Folgetermine (Dauer 15-20')  
BIA-BioImpedanz-Körperanalyse bei jedem Termin  
Digitale Rezepte  
Ein kostenloses smoveyTRAINING in meinen Kursen (auch online)  
Teilnahme in Facebook Einfach-Voll-Aktiv-Gruppe (optional)  
Viele Tipps, Anregungen und Motivation für DEINE Bedürfnisse
- Kosten:** € 252,- pro Person für 6 Termine, exkl. Module
- Module:** um wöchentliche Sporteinheiten  
(smovey, PersonalFitnessstraining) individuell erweiterbar\*  
\* nicht im Gesamtpreis enthalten
- Termine:** nach individueller Vereinbarung
- Ort:** Steinfeld 6 | 2565 Alland
- Anmeldung:** bei



**Eva Haimberger**

Dipl. Ernährungstrainerin

0676 7033200 | [eva@einfach-voll-aktiv.at](mailto:eva@einfach-voll-aktiv.at)

[www.einfach-voll-aktiv.at](http://www.einfach-voll-aktiv.at)

Facebook: @ EVA-Einfach Voll Aktiv

Instagram: #einfachvollaktiv