

## Cenník a popis služieb

ÚPRAVA ŽIVOTNÉHO ŠTÝLU A STRAVOVANIA		
Názov služby	Popis služby	Cena
<b>BASIC</b>	<b>Analýza súčasných návykov</b> (stravovací, pitný a spánkový režim) <b>Analýza zdravotných problémov, pohybových aktivít a stresu</b> <b>Individuálne zostavený plán odporúčaní</b> so zameraním na stravovací/pitný režim, spánok, stres a pohybové aktivity	<b>39€</b>
<b>PREMIUM</b>	<i>Cena zahrňuje ten istý balík služieb ako v prípade služby "BASIC", s týmito extra službami:</i> <b>Komplexná analýza stravovacích návykov</b> , identifikácia diétnych chýb z pohľadu makro/mikroživín a pitného režimu za 5 dní <b>Personalizovaný suplementačný plán</b> (individuálny plán doplnkov výživy)	<b>59€</b>
<b>PREMIUM+</b>	<i>Cena zahrňuje ten istý balík služieb ako v prípade služby "PREMIUM", s týmito extra službami:</i> <b>Monitoring (30 - dňový)*</b>	<b>109€</b>
DOPLNKOVÉ SLUŽBY		
Tlač dokumentov, hrebeňová väzba a odoslanie poštou		<b>19€</b>
Tel. konzultácia (cca 45min.)		<b>19€</b>

\*zmeny nie je ľahké urobiť naraz a treba ich robiť postupne, tak aby boli z dlhodobého hľadiska udržateľné. Počas 30 dní vás môžeme viesť k zmene, ktorá bude postupná a z dlhodobého hľadiska udržateľná. Zmeny budeme zavádzať postupne s ohľadom na váš čas a pripravenosť.