



Dipl. Psychologin
Carola Bartz

Liffy – Seelenhunger
Nichtraucher Seminare
Potential Coaching

Liffy-me Basic

Ich hasse Diäten - jede ART von Vorgaben. Was hab ich alles probiert?

Mit diesem Konzept erweitert sich auf sehr sinnvolle Weise,
was Liffy lehrt.

Zunächst. Im Liffy lernt dein Gefühl (nicht der Verstand - der zieht nach -wenn das Gefühl einen neuen Weg weist) wann du wirklich und was du wirklich essen möchtest. Es lehrt dich - wie du heraus findest - auf was du wirklich Schmach hast und ob es dein Körper ist - der das auch benötigt. So isst du nach der Liffy-Intervention schon mal ganz anders.

Du wirst dich wundern mit wie viel mehr Genuss du isst. Und dennoch bleibst du oft unter deinem Kalorienbedarf. Denn zu vielen Gelegenheiten zu denen du vormals einfach so gedankenlos Essen hinein gestopft hast, bleibt dein Mund nun leer.

Liffy kann dir helfen aus dem emotionalen ESS-Sumpf auszusteigen. Und es gibt dir die Techniken an die Hand mit denen du dich mental stärken kannst.

Liffy.me Basic dauert 3 Std. im Einzelcoaching und kostet 390,00 Euro

Diese mentale Stärke aus Liffy.me Basic hat mir sehr geholfen

als ich Liffy - Advanced entwickelte:

Was ist Liffy - Advanced ? Liffy für Fortgeschrittene

Jetzt kommt der step-two ! Nachdem mein Geist im ersten Kurs kapiert hat, wie, wann und warum er mich an den Kochtopf treiben darf, geht es jetzt um "fein-tuning".

Vermutlich haben Sie mit Liffy.me basic einige Kilo verloren. Und jetzt geht es den restlichen Fetten ans Leder. Sie kennen das - man hat so Körperzonen, die wollen sich einfach nicht reduzieren. Auch ich hatte dann trotz Liffy.me basic an den Problemzonen noch "unausweichliches Fett". Es wollte einfach nicht verschwinden. Heute vor die Wahl gestellt, biete ich Liffy.me Basic in Kombination mit Liffy.me-Advanced an. Damit Ihr Gewicht von Anfang an den richtigen Stellen weicht.

Liffy.me Advanced dauert 4 Std. im Einzelcoaching und kostet 490.00 Euro.

Gönnen Sie sich eine neue Figur- - die haben Sie sich verdient, oder?