

LONGEVITY CHECK



Brigitte Heuser

Mit unserem Longevity Check bekommst du einen klaren Überblick über die wichtigsten Bereiche deiner Gesundheit und deiner Lebensenergie. Du siehst auf einen Blick, wo du heute stehst und wo dein Körper Unterstützung braucht.

Der Check betrachtet fünf zentrale Bereiche. Dazu gehören **dein Körper** mit Ernährung und Bewegung, **dein Stoffwechsel** mit Immunsystem und Darm, **dein Umfeld** und **deine Umwelt**, **deine mentale Energie** mit den Themen Schlaf und Stress sowie **deine finanzielle Sicherheit**.

Am Ende erkennst du, in welchen Bereichen deine größten Herausforderungen liegen. So weißt du, wo der erste Schritt sinnvoll ist, um mehr Energie, Stabilität und Gesundheit in dein Leben zu bringen.

45 Minuten

108 €

Haar
Terminvereinbarung unter

+49 171 28 08 94

GESUND & FIT | ATTRAKTIV & SCHÖN
UNABHÄNGIG & AKTIV

