

# 0854 Idealgewicht mit Hypnose

## Was der Geist sich vorstellen kann, erreicht er!

Durch Hypnose in Verbindung mit entsprechenden Suggestionen verfügt der Mensch über die besondere Fähigkeit, eine empfangene Idee in einen realen Akt umzuwandeln. Das Unterbewusstsein kann zwischen Vorstellung und Realität nicht unterscheiden und damit wird es möglich, den Körper über den Geist effektiv zu beeinflussen.

### Inhalte:

Jeder sollte mit dem vermittelten Wissen und den angewandten Techniken in der Lage sein, sein Wunschgewicht zu erreichen und auch zu halten.

- Die Macht der Hypnose
- Mentale Gesetze
- Ziele
- Richtige Ernährung: Kohlenhydrate, Fette, Eiweiß
- Die Thermogenese
- Das Leptin und die Fettverbrennung
- Kokosöl macht schlank
- Matcha Tee
- Der Stoffwechsel
- Sport und Gewicht
- Diabetes 1, Diabetes 2, Diabetes 3
- Tipps für alle die es eilig haben
- Das Kamel und das Wasser
- Einige Rezept- und Menüvorschläge
- Lösung der Gewichtsprobleme mit Hilfe von Suggestionen in Verbindung mit Hypnose

### Die Zielgruppe:

Alle Personen, die ihr Gewicht auf Dauer reduzieren wollen.

### Die Trainerin:

Gerlinde Krämer



Kursbuchung und weitere Details unter **0854** im WIFI-Kundenportal:  
[www.wifi.at/ooe](http://www.wifi.at/ooe)