



## *Coaching für deine ganzheitliche Gesundheit und Selbstheilung*

Ich freue mich, dass du dich für meine Coaching-Angebote interessierst. Durch meine bisherigen Coachings, die ich gegeben habe, konnte ich feststellen, dass sich nicht nur der Gesundheitszustand verbessern, sondern meist die verschiedenen Lebensbereiche ebenfalls positiv.

Profitiere von meinem Wissen und Erfahrungen als langjährige Heilpraktikerin und auch aus meinen ganz eigenen Erfahrungen, die meine Gesundheit auf ein absolut neues Level angehoben haben.

Da „gesund-werden“ meist nicht über Nacht geht, habe ich mehrere Coaching-Pakete erstellt, bei denen du gegenüber der Buchung einer Einzelstunde, natürlich sparst.

## *Kostenloses Kennenlern-Gespräch*

Welches meiner Coaching-Pakete zu dir und deinem individuellen Fall passt und dir am besten helfen würde, können wir gerne in einem **kostenlosen 15 - 20 minütigen Skype/Zoom-Gespräch** zusammen entscheiden. Ebenso können wir darüber auch feststellen ob ich überhaupt die richtige Person bin, mit dir zu arbeiten, ob wir uns sympathisch sind und die „Chemie passt“, wie man so schön sagt. Denn so etwas macht schon einen großen Teil aus.

Schreibe mich gerne an unter [mail@jen-fuchs.de](mailto:mail@jen-fuchs.de) und wir können einen Kennenlern-Termin vereinbaren.

Siehe dir bitte auch meine AGB's an. (Siehe Online-Coaching mit Jen). Wenn du dich für eine Coaching-Stunde bzw. Coaching-Paket entscheidest, dann senden mir bitte die AGB's ausgefüllt und unterschrieben zurück (per Mail- oder Postweg). Das Coaching kann erst starten, wenn ich die unterschriebenen AGB's erhalten habe und die Zahlung eingegangen ist.

## *Einzelcoaching - Stunde*

Dir brennen ein paar Fragen unter den Nägeln oder du brauchst (möglichst umgehend) einen gesundheitlichen Rat, der kein Coaching-Paket benötigt, dann buch dir eine Einzelstunde mit mir.

1 Stunde á 60 Minuten via Skype/Zoom                      **100 Euro (zahlbar vor Beginn)**

## *Coaching - Paket 1*

3 Coaching-Stunden á 60 Minuten via Skype oder Zoom. (Zu nehmen, innerhalb von 2 Monaten nach der Buchung).  
Ideal, bei kleineren Themen oder auch als „Nachfolge-Coaching“ wenn du bereits das Premium- oder PremiumPLUS-Coaching-Paket gebucht hattest.

Paketpreis                      **270,00 Euro (zahlbar vor Beginn des Coachings)**  
Sparpreis \*                      **210,00 Euro (zahlbar vor Beginn des Coachings)**

\*Dieser gilt nur für die ehemaligen Premium-, bzw. PremiumPLUS-Coaching-Bucher

## *Coaching - Paket 2*

7 Coaching-Stunden á 60 Minuten ( zu nehmen, innerhalb von 4 Monaten nach der Buchung).

Paketpreis                      **560,00 Euro (zahlbar vor Beginn des Coachings)**  
oder in 2 Raten zu je 300,00 Euro (die erste Rate vor Beginn des Coachings)

Desweiteren findest du hier meine zwei **Gesundheits-Rundum-Betreuungspakete**. Nur zu diesen beiden Paketen gehört auch eine ausführliche Anamnese (womit ich deinen gesundheitlichen Stand am besten ermitteln und den für dich idealen Gesundheits- und Ernährungsplan erstellen kann) und die Betreuung per Email, falls es zwischen den Coaching-Sitzungen zu Fragen, Problemen oder ähnlichen kommen sollte.

## *Premium-Coachingpaket*

### Mit diesem Paket bekommst du

- 1 Anamnese-Sitzung (2-4 Stunden) via Skype/Zoom
- 1 individuellen Gesundheits- und Ernährungsplan
- 6 Coaching-Sitzungen á 60 Minuten via Skype/Zoom
- Email-Austausch bei Problemen/Fragen zwischen den Coaching-Sitzungen
- Alles über einen Zeitraum von **4 Monaten**

(Im Wert von über 1.000 Euro)

**PAKETPREIS: 800 Euro einmalig, zahlbar vor Beginn**

**oder die 1. Rate 250 Euro (zahlbar vor Beginn) und die 3 restlichen Raten je 200 Euro (zu Beginn jeden Monats)**

## *PremiumPLUS-Coachingpaket*

### Mit dem PremiumPlus-Coachingpaket erhältst du:

- 
- 1 Anamnese-Sitzung (2-4 Stunden) via Skype oder Zoom
- 1 individuell auf dich abgestimmten Gesundheits- und Ernährungsplan
- 10 Coaching-Sitzungen ( á 60 Minuten) via Skype oder Zoom
- Emailaustausch bei Fragen/Problemen zwischen den Coaching-Sitzungen
- alles über einen Zeitraum von **6 Monaten**

(Im Wert von über 1.500 Euro)

**PAKETPREIS: einmalig 1.200 Euro, zahlbar vor Beginn**

**oder für die 1. Rate 250 Euro (zahlbar vor Beginn) und für die restlichen 5 Raten 200 Euro (zu Beginn jeden Monats)**

Lies auf den nächsten Seiten weiter, was dich in einem Coaching mit mir erwartet.

# *Was erwartet dich in den Coaching-Sitzungen?*

Die Themen/Möglichkeiten in den Coaching-Sitzungen können sehr unterschiedlich sein und richten sich ganz danach mit welchen (gesundheitlichen) Beschwerden du dich an mich wendest. Meist werden aber einige Themengebiete miteinander kombiniert, da dies so die ganzheitliche Therapie ergibt, mit der man am meisten erreichen kann.

**Entgiftungsthemen:** Hier helfe ich dir bei Fragen bzw. Themen:

- ✓ Welchen Sinn hat eine Entgiftung überhaupt?
- ✓ Wie kann ich meinem Körper beim Entgiften helfen?
- ✓ Wie kann ich meine Entgiftungsorgane ganzheitlich unterstützen?
- ✓ Welche Möglichkeiten habe ich, meinen Körper zu entgiften?
- ✓ Was kann ich bei Entgiftungssymptomen/krisen tun?
- ✓ Wie finde ich heraus welches Entgiftungsorgan bei mir am dringendsten Unterstützung benötigt? Und wie gehe ich es an?
- ✓ Wie führe ich eine Darmsanierung richtig durch?
- ✓ Sind Darmspülungen (Einläufe) zwingend notwendig?
- ✓ Wie führt man eine Darmspülung richtig durch?
- ✓ Wann darf man keine Darmspülung vornehmen?
- ✓ Wie entsäuere ich meinen Körper effektiv?
- ✓ Erklärung wichtiger Entgiftungsmaßnahmen wie: Körper- und Atemübungen, Massageanleitungen etc....

**Energie-Arbeit:** Hier zeige ich dir, wie du dir selbst mit verschiedenen Energiemethoden wie z.B.

- ✓ Akupressur
- ✓ Chakraübungen
- ✓ Jin-Shin Jyutsu
- ✓ R.E.S.E.T
- ✓ etc...

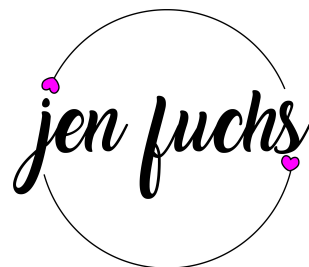
bei akuten aber auch chronischen Beschwerden helfen kannst, Energieblockaden löst und zu allgemein mehr Energie und auch innerer Ausgeglichenheit findest.

**Geistig/Seelische Themen:** Während der Coachingpakete Premium und PremiumPLUS stößt man irgendwann im Laufe der Coaching-Zeit meist auf das ein oder anderen Seelenthema und/oder alte (falsche) Glaubenssätze/Verhaltensmuster, welche mit zur Erkrankung beigetragen haben(oder es gar verursacht haben). Hier arbeiten wir gemeinsam mit

- ✓ Geführten Meditationen und Heilreisen
- ✓ Organsprache und Körper-Organ-Dialog (Was möchte mir mein Symptom/meine Erkrankung mitteilen?)
- ✓ Arbeit mit dem inneren Kind
- ✓ EKT (Emotionalkörper-Therapie)
- ✓ Affirmations- und Afformationsarbeit
- ✓ etc...

**Ernährungsthemen:** Hier helfe ich dir z.B. bei folgenden Fragen:

- ✓ Wie stelle ich meine Ernährung am besten um?
- ✓ Wie sieht eine vorrangig basische Ernährung aus?
- ✓ Wie sieht eine gesunde vegane (rein pflanzliche) Ernährung aus und welche Vorteile hat diese für meine Gesundheit?
- ✓ Wie kann ich herausfinden, welche Lebensmittel mir bekommen und welche nicht?
- ✓ Wann isst man möglichst welche Lebensmittel und wie sieht es mit der Lebensmittelkombination aus?
- ✓ Wie kann ich mit einer Ernährungsumstellung ab- oder zunehmen?
- ✓ Gluten – ja oder nein?
- ✓ Welche Möglichkeiten haben ich wenn ich mich glutenfrei ernähren möchte ( in Bezug auf Brot, Nudeln, Beilagen, etc...)
- ✓ Sind Säfte oder Smoothies besser für mich?
- ✓ Rezeptideen



Jennifer Fuchs  
Heilpraktikerin und ganzheitlicher Gesundheitscoach  
Riehanger 2  
31702 Lüdersfeld  
mail@jen-fuchs.de

**Solltest du bei mir in der Nähe wohnen, können die Coaching-Sitzungen  
gerne auch persönlich in meiner Praxis statt finden.**

Stand: September 2018