Kristin Bethke | Komplementärmedizin & Profiling

High Performer Programm

Anreisetag

- Diagnostik
  - Check Up nach TEM mittels Irismikroskopie
  - Erhebung des körperlichen Status‘ nach HNC
  - Check Up nach TCM mittels Pulstestung
- Auswertung der Untersuchungsergebnisse & Erarbeitung des Therapieplans durch Kristin Bethke
- Gemeinsames Abendessen
  - Vorstellung der Untersuchungsergebnisse & des Therapieplans
  - Besprechung & Planung der kommenden Tage
  - Ernährungsberatung
  - Schlafberatung bei Bedarf

Interventionen Tag 1

7:30-8:30 Uhr	Achtsamkeitstraining am Strand
9:00-10:00 Uhr	Frühstück
10:30-11:40 Uhr	HNC - Behandlung
11:40-12:00 Uhr	Ohrakupunktur oder Laserakupunktur
12:00 Uhr	Evtl. Vit B12 Injektion
14:00-15:00 Uhr	Gesundheitscoaching
15:30-17:00 Uhr	Personal Training

Interventionen Tag 2

7:30-8:00 Uhr	Reflexion zu Tag 1 und zur Nachtruhe
7:30-8:30 Uhr	Achtsamkeitstraining am Strand
9:00-10:00 Uhr	Frühstück
10:30-11:40 Uhr	HNC - Behandlung
11:40-12:00 Uhr	Ohrakupunktur oder Laserakupunktur
12:00-12:30 Uhr	Evtl. Vit C Infusion
14:00-15:00 Uhr	Gesundheitscoaching
15:30-17:00 Uhr	Personal Training

Interventionen Tag 3

7:30-8:00 Uhr	Reflexion zu Tag 2 und zur Nachtruhe
7:30-8:30 Uhr	Achtsamkeitstraining am Strand
9:00-10:00 Uhr	Frühstück
10:30-11:40 Uhr	HNC - Behandlung
11:40-12:00 Uhr	Ohrakupunktur oder Laserakupunktur
12:00-12:30 Uhr	Evtl. Vit C Infusion
14:00-15:30 Uhr	Personal Training
16:00-17:00 Uhr	Gesundheitscoaching
17:00-17:30 Uhr	Reflexion zum aktuellen Befinden

Kosten	930€ / Tag
	3720€ gesamt