

Leistungsbeschreibung SWAMI Coaching **OPTIMIZE YOUR LIFE QUALITY**

1. Anamnese zur Erfassung der biometrischen Daten, der persönlichen und familiären Krankheitsgeschichte, sowie gemeinsames Festlegen Ihrer Zielsetzung –
Dauer: Ca. 90 Minuten
2. Auswertung aller Daten im SWAMI Software-System und Erstellung eines SWAMI GenoType Handbuches zu Ihrem individuellen Genotyp. Dieses enthält eine Übersicht zu allen Lebensmittelkategorien. Darin wiederum sind die einzelnen Lebensmittel in den Kategorien „Superfood“, „Neutral“ und „Vermeiden“ eingeteilt.
3. Das SWAMI Software-System bewertet 700 Nahrungsmittel im Hinblick auf über 200 Eigenschaften wie z.B. Cholesterin, Gluten, Pestizide, Allergene, Gehalt an Antioxidantien und stellt so fest, ob dieses Nahrungsmittel für Sie besonders wertvoll ist oder toxisch wirkt (Epigenetische Filterung).
4. Harmonische Lebensmittel für Ihre Gene (Geno Harmonic Foods). Dies sind Kombinationen bestimmter Lebensmittel, die sich optimal ergänzen. Sie dienen zum Beispiel zur Verbesserung der zellularen Entgiftung.
5. Sie erhalten ihre persönliche SWAMI Mobil App mit allen Lebensmitteln, die in Ihrem Report aufgeführt und wie unter Punkt 2. erwähnt farblich in drei Kategorien eingeteilt sind. (ENGLISCHE VERSION)
6. Coaching **Einheit 1** zum SWAMI GenoType Handbuch (ca. 40 Seiten) –
Dauer: 90 Minuten
7. Coaching **Einheit 2** erfolgt 3 Monate nach dem Start – Dauer: 60 Minuten
Nachbesprechung und ggf. Adaption an die festgelegte Zielsetzung
8. Coaching **Einheit 3** erfolgt 6 Monate nach dem Start – Dauer: 60 Minuten
Abschlussbesprechung
9. Zwischen Einheit 1 und Einheit 3 stehe ich telefonisch oder per E-Mail für einen Support zur Verfügung.