

Lippe in Form – Therapeutenteam

Ernährungsberater (Dipl. Oecotrophologen, Diätassistenten), Sporttherapeuten (Dipl. Sportwissenschaftler / Physiotherapeuten), Psychologen und Ernährungsmediziner.

Alle Kursleiter sind hochqualifiziert.

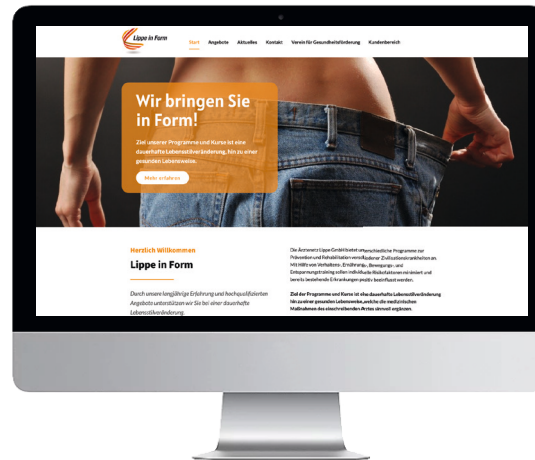
Sie haben für dieses Angebot eine Zusatzausbildung absolviert.

Kursgröße: 10 – 12 Teilnehmer
Kursorte: Detmold und nach Absprache
Kosten: monatliche Raten
(Lastschriftverfahren), anteilige
Kostenerstattung von den meisten
Krankenkassen.

Gesamtkosten

Die Kostenübernahme durch die Krankenkassen erfolgt in der Regel nach Einzelfallprüfung.

Alle Infos & Kurse unter:
www.lippe-in-form.de



 **Ärztenetz Lippe**
Gemeinsam Lippe versorgen



Kontakt

Lippe in Form
Regina Eckel, Projektleitung
E-Mail: info@aerztenetz-lippe.de

Robert-Koch-Str. 2, 32756 Detmold
Tel.: 05231 458 25 0
Fax: 05231 458 25 25
www.lippe-in-form.de



EIN SCHULUNGSPROGRAMM ZUR GANZHEITLICHEN BEHANDLUNG

von krankhaftem Übergewicht für Erwachsene ab 18 Jahren



Wir bringen
Sie in Form

Wir bringen Sie in Form

Mit
Lippe
in Form

Wenn Sie:

- › einen Body Mass Index über 35 kg/qm haben
- › individuelles Coaching möchten
- › in einer festen Gruppe abnehmen wollen

„Lippe in Form“ – das neue Baustein-Konzept des Ärztenetzes Lippe mit den Inhalten:

- › Achtsamkeit basiertes, kognitives Verhaltenstraining
- › Ernährungstraining und individuelle Ernährungsberatung
- › individuelle Bewegungsschulung

... ermöglicht es Ihnen ein langfristiges Wohlfühlgewicht zu erreichen.

Dabei orientieren wir uns an neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen und nutzen unsere Erfahrung aus mehr als 50 multimodalen Kursen seit 2009.



Steigerung
des Wohl-
befindens

Lippe in Form beinhaltet zusätzlich das "Stressmanagement Angebot" des Ärztenetzes Lippe mit den optionalen Inhalten:

- › Herzratenvariabilitätsmessung (HRV)
- › Achtsamkeitstraining
- › Biofeedbacktraining

Durch HRV-Messung in Verbindung mit Biofeedback- und/oder moderatem Ausdauertraining lässt sich unser allgemeines Wohlbefinden langfristig beeinflussen und verbessern. Dies stellt eine wichtige Unterstützung für eine nachhaltige und damit sinnvolle Gewichtsreduktion dar.

Wir bieten Ihnen regelmäßige Einzeltermine und Gruppentreffen mit der Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch.

Lassen Sie sich dabei durch ein hochqualifiziertes und motiviertes Ärzte- und Therapeutenteam begleiten!



Unser neues Baustein-Konzept

Baustein 1 Der Basiskurs für alle Teilnehmer

6 Monate



Baustein 2 Weiterführender Coaching- Baustein (ohne bariatrische Operation)

6 Monate



Beide Bausteine können auch einzeln gebucht werden.

Für Firmen bieten wir maßgeschneiderte Angebote zur langfristigen Gewichtsregulation und zum Stressmanagementtraining an.

Jetzt
leicht starten.
Sprechen Sie
uns an!