



Leistungen & Preise

Stand: 01.01.2026

Gesundheitskurse für Erwachsene *

in der Kleingruppe mit 6-12 Personen

Leichter leben - Abnehmen, genießen und wohlfühlen mit der richtigen Ernährung und einem aktiven Alltag	8 x 90 Minuten	189 €
Abnehmen mit Köpfchen - gut essen durch ein besseres Essverhalten	8 x 60 Minuten	149 €
Vegan gesund essen und genießen (Kompaktkurs mit kochpraktischem Anteil)	2 x 195 Minuten	149 €
Ausgewogen essen mit Genuss (Kompaktkurs mit kochpraktischem Anteil)	2 x 195 Minuten	149 €

in Form einer Einzelberatung mit 1 Person (IEB)

Gewicht in Balance - bewusst essen und abnehmen	Gewichtsreduktion	3 x 60 Minuten	265 €
Balance statt Diät - nachhaltig abnehmen mit Genuss und Struktur (inkl. Kochpraxis)	Gewichtsreduktion	5 x 60 Minuten	425 €
Gesunde Ernährung leicht gemacht	andere Ernährungsthemen	3 x 60 Minuten	265 €
Bewusst essen und genießen (inkl. Kochpraxis)	andere Ernährungsthemen	5 x 60 Minuten	425 €
Besser essen - besser arbeiten	andere Ernährungsthemen	3 x 60 Minuten	265 €
Gut ernährt und fit im Alter	andere Ernährungsthemen	3 x 60 Minuten	265 €

* Die Kurse werden von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst. Die Höhe des Zuschusses erfragen Sie bitte bei Ihrer Krankenkasse.



Gesundheitskurse für Kinder und Jugendliche *

in Form einer Einzelberatung mit 1 Person (IEB)

Clever essen, leichter fühlen	<i>Gewichtsstabilisierung; 8-12 Jahre</i>	4 x 45 Minuten	265 €
BodyBalance - bewusst essen für Gewichtsstabilität	<i>Gewichtsstabilisierung; 13-17 Jahre</i>	4 x 45 Minuten	265 €
Schlau essen, stark wachsen	<i>andere Ernährungsthemen; 6-12 Jahre</i>	4 x 45 Minuten	265 €
SmartBites - clever essen im Alltag	<i>andere Ernährungsthemen; 13-17 Jahre</i>	4 x 45 Minuten	265 €

* Die Kurse werden von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst. Die Höhe des Zuschusses erfragen Sie bitte bei Ihrer Krankenkasse.

Exklusives Angebot für TeilnehmerInnen unserer Kurse: BIA-Paket „Vorher-Nachher“: 2 Verlaufsmessungen innerhalb eines Jahres inkl. Messprotokoll + Auswertungsgespräch	2 x 30 Minuten	90 €
---	-------------------	------

Ernährungskurs für Kinder und Jugendliche mit einer Essstörung

psychoedukative Gruppenschulung zum Thema Ernährung und Essstörung	6 x 60 Minuten	149 €
---	-------------------	-------



Gruppen

Offene Gruppe für Menschen mit Übergewicht

Einzelbuchung	1 x 60 Minuten	10 €
10er Karte (einlösbar innerhalb eines Jahres)	10 x 60 Minuten	90 €

Offene Gruppe für Erwachsene mit einer Essstörung

Einzelbuchung	1 x 60 Minuten	20 €
10er Karte (einlösbar innerhalb eines Jahres)	10 x 60 Minuten	180 €

Elterngruppe für Eltern von Kindern und Jugendlichen mit einer Essstörung

Einzelbuchung (pro Person)	1 x 60 Minuten	20 €
Einzelbuchung (pro Elternpaar)	1 x 60 Minuten	30 €
10er Karte (einlösbar innerhalb eines Jahres) pro Person	10 x 60 Minuten	180 €
10er Karte (einlösbar innerhalb eines Jahres) pro Elternpaar	10 x 60 Minuten	270 €