HERZLICH WILLKOMMEN

DIE ABNEHM MINDSET AKADEMIE

WWW.LOVETOBEFIT.DE

BETA TESTVERSION

TOLL, DASS DU DICH ENTSCHIEDEN HAST BEIM ERSTEN BETA TEST MEINES ONLINEKURSES, DER ABNEHM MINDSET AKADEMIE, DABEI ZU SEIN.

ICH LEBE VON DEINEM FEEBACK - EGAL WELCHER ART! NUR DANK DIR KANN ICH DAS PRODUKT BESSER MACHEN, DAHER BITTE KEINE FALSCHE SCHEU VOR VORSCHLÄGEN UND IDEEN!

Motivation bewirkt, dass du anfängst. Gewohnheit bewirkt, dass du dranbleibst

THADDAEUS KOROMA

CODE OF HONOR

- Wir unterstützen uns gegenseitig
- Was in der Gruppe passiert, bleibt in der Gruppe
- Es gibt keine dummen Fragen
- 30 Minuten Me-Time am Tag
- Offenheit für Neues!
- Einfach machen!

First Steps

FB Gruppe

Komm in die exklusive "Abnehm Mindset Akadamie" - Facebook Gruppe und antworte auf die dortigen Posts

LINK

Instagram

Folge mir auf Instagram (@lovetobefitde) sowie den anderen Teilnehmerinnen der Akademie

What'sApp

Schicke eine What'sApp mit "Start" an +4917666865440 Hierüber bekommst du den What'sApp Content

check E-Mail

checke täglich deine E-Mails!
Du erhälst regelmäßig Links zu Videos & Infos von mir! Damit nichts im Spam landet: Adde mich (steph@lovetobefit.de)

Meine Mission

ICH MÖCHTE DIR HELFEN, GESUNDE GEWOHNHEITEN AUFZUBAUEN, DEIN MINDSET IN DIE RICHTIGE RICHTUNG ZU LENKEN, DAMIT DU DIE DINGE ÄNDERST, DIE DICH HINDERN, ENDLICH NACHHALTIG ABZUNEHMEN!

Meine Vision

KEINE FRAU SOLL SICH ALS GEFANGENE IHRES ESSVERHALTENS SEHEN UND FREMDBESTIMMT SEIN! ICH GLAUBE, DASS DU MIT DEM RICHTIGEN MINDSET ALLES SCHAFFEN KANNST - DAZU GEHÖRT AUCH EIN GESUNDER KÖRPER UND EIN GESUNDES ESSVERHALTEN!

WARUM ARBEITEN WIR VOR ALLEM AM MINDSET?

- Weil Ernährungspläne zwar schön aussehen, aber meist nicht durchgehalten werden
- Weil meine Erfahrung mir gezeigt hat, dass es eher auf den Kopf ankommt als auf einen fehlenden Plan
- Weil nur das dauerhafte Etablieren neuer Gewohnheiten auch einen dauerhaften Erfolg generiert
- Weil sich die äußeren Umstände (Ernährungsangebot, etc.) ändern können, doch dein Mindset bleibt
- Weil ALLE erfolgreichen Menschen dieser Welt sich vor allem auf ihr Mindset konzentrieren!

Die 12 Wochen

ALLES KANN AUF EURE WÜNSCHE ANGEPASST WERDEN!
DAZU BRAUCHE ICH EUER FEEDBACK!
WUNSCHTHEMEN NEHME ICH GERNE AUF!

EINFÜHRUNG LET'S GET IT STARTED!	**ABNEHMEN I** BASICS ZUM ABNEHMEN	**ABNEHMEN II** BASICS ZU ABNEHMEN	**GESUNDES ESSEN** WAS IST DAS?
HUNGER & SÄTTIGUNG TIPS & TRICKS	**ERNÄHRUNGS-FORMEN & SCHLAF**	**GEFÜHLS-WOCHE** EMOTIONALES ESSEN	**BEWEGUNG & SPORT** WAS IST EFFEKTIV?
KOCHEN & ESSEN UNTERWEGS	**DISZIPLIN, WILLENSKRAFT & GEWOHNHEITEN**	**ESSEN ANALYSIEREN**	**MYTHEN & DEIN UMFELD**

BONUS-WOCHE

Was bekommst du?

- 3-4 What's App pro Woche
- Wöchentliche E-Mails
- Exklusive Facebook Gruppe
- Persönlichen Kontakt zu mir
- Mein gesamtes Wissen
- MOTIVATION!
- Dauerhafte Lösungen anstatt kurzfristige Pläne
- 12 Wochen Wissen + 1 BONUSWOCHE
- Die richtigen Fragen von mir, die dich weiterbringen
- Meditationen & Übungen, die dir helfen abzunehmen

Was erwarte ich?

- Befolgen des CODE OF HONOR
- Feedback (egal welcher Art)
- Vertrauen
- Das Programm ernst nehmen
- Die Lektionen absolvieren!
- Offenheit
- Vollen Einsatz

FRAGEN? PROBLEME?

BITTE KONTAKTIERE MICH VIA E-MAIL, WHATSAPP ODER IN DER FB GRUPPE