



Wellness Coaching

Seja a sua melhor versão

Manter o foco e motivação para continuar numa dieta nem sempre é fácil, não é verdade? Com o programam Wellness Coaching você pode experimentar um processo de reconstrução que te ajudará a superar todas as barreiras que existem entre você e os seus sonhos.

PERDER PESO COM SAÚDE?

O que esperar do programa
Wellness Coaching para
emagrecimento?



Os benefícios do programa
incluem:

- Saúde mental e emocional
- Exercício físico
- Mudanças de estilo de vida e comportamento
- Controle da ansiedade
- Identificação dos sabotadores
- Melhora no humor
- Hábitos mais saudáveis

Se você quer conhecer mais sobre nosso programa de Wellness Coaching entre em contato conosco, será um prazer tirar suas dúvidas!



27 99316-9432



roqueluz@gmail.com



@roqueluzoficial