



„Dieses Konzept hat mich von Anfang an überzeugt und begeistert. Es verspricht eine Einzigartigkeit, die ich in meiner bisherigen Tätigkeit als Physiotherapeut, Ernährungsberater und Inhaber eines Gesundheitszentrums noch nicht kennengelernt habe.“

Volker Birkenbeul



Wir informieren Sie gerne:

# MEDIFIT

IHR GESUNDHEITZENTRUM

Gesundheit und Fitness unter einem Dach

Volker Birkenbeul  
Aubachstraße 73  
56567 NR-Niederbieber

Telefon: 0 26 31 - 5 45 87

[www.medifit-birkenbeul.de](http://www.medifit-birkenbeul.de)



# Gehen Sie mit uns auf Erfolgskurs:

## 8 Wochen Figur- und Abnehmprogramm

- 6-8 kg dauerhaft abnehmen
  - 8-10 cm Bauchumfang weniger
  - 1-2 Kleidergrößen weniger
- ohne Diät,  
ohne Jo-Jo-Effekt!



2 starke Partner:

figur<sup>o</sup>scout

und

MEDIFIT  
IHR GESUNDHEITZENTRUM

Bei Ihrem *figurscout* Abnehmprogramm in unserem Gesundheitszentrum purzeln die Pfunde und Sie können Ihr Wunschgewicht dauerhaft halten!

Das erhalten Sie bei uns für Ihren Erfolg:

- Ihren persönlichen *figurplan*
- Ihr Abnehmstagebuch
- Ihre Anleitung zum Schlankwerden
- Ihren Einkaufsscout mit über 4.000 Lebensmittel
- Ihr Säure-Basen-Balance-Kur-Komplettsset
- Ihre Startmessung
- Ihre 14-tägigen Zwischenmessungen
- Ihre Abschlussmessung
- Ihre Ernährungsseminare, in denen Sie alles Wissenswerte über gesunde Ernährung erfahren
- Ihr persönlich abgestimmtes Trainingsprogramm und systematische Betreuung durch unser Trainerteam



**Abnehmen kann so lecker sein -**  
Ihr Fahrplan zu einem völlig neuen Körpergefühl,  
ohne Hungern und ohne Jo-Jo-Effekt.

**Erfolgsprobt und**  
**wissenschaftlich abgesichert!**



Ihr individueller *figurplan*  
berücksichtigt:

- Ihr Ausgangsgewicht und das Abnehmziel
- Ihren Kalorienbedarf
- Ihre Vorlieben und Ihren Geschmack
- Ihre Unverträglichkeiten oder Abneigungen
- Ihren Tagesablauf wie Schichtdienst
- Ihre Kochmöglichkeiten
- Eventuell vorhandene Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes, Fettstoffwechselstörungen



So einfach geht´s: Tag für Tag bringt Sie Ihr *figurplan* zum Wunschgewicht – mit abwechslungsreichen Speisen, ganz nach Ihrem Geschmack!

Extra für Sie erstellen unsere Ernährungswissenschaftler Ihren *Figurplan*, drucken und binden ihn für Sie. Jedes Buch ein Unikat, komplett an Ihre Wünsche und Bedürfnisse angepasst. Rezepte, Portionsgrößen und Tagespläne berücksichtigen das Ausgangsgewicht, den Abnehmwunsch und die persönlichen Vorgaben.

Genießen Sie die neue Dimension des Abnehmens – individuell, einzigartig, einfach und erfolgreich.