

Analisi PNC

Analisi personalizzata posturo nutrizionale corporea, attraverso dei test validati, l'ascolto del cliente, la raccolta di dati anamnestici e il consiglio finale d'azione per poter intraprendere uno o più percorsi di riequilibrio posturale, nutrizionale e trattamenti specifici e personalizzati.

PNC

valutazione

01

POSTURA

movimento

percorso posturale

6 lezioni personalizzate e individuali con visita di controllo a distanza di un mese.

Il percorso personalizzato e su misura per ogni singolo utente può prevedere diverse modalità di realizzazione che saranno concordate durante la prima fase di analisi PNC.

02

trattamenti personalizzati

I trattamenti sono orientati a

- distensione e rilassamento
- respirazione e meditazione
- stimolazione energetica: suono/ascolto FIR fotoni magnetismo.

MEDITA

respira

04

percorso nutrizionale

Il percorso si struttura attraverso l'analisi dello stato nutrizionale tramite un questionario PREDIMED di aderenza alla dieta Mediterranea. Prosegue con la misurazione dell'indice di massa corporea e della circonferenza addominale, l'analisi BIOENPEDEZIOMETRICA per la valutazione della composizione corporea, per arrivare ai consigli nutrizionali personalizzati. Sulla base di questi il percorso prevede 5 incontri a cadenza mensile di verifica e controllo con lo specialista e un'esperienza pratica con un menù FERMENTO a settimana per dieci settimane.

03

STATO

nutrizionale



L'obiettivo di **conTE** è sensibilizzare la persona ad uno stile di vita volto al benessere partendo da una più fine percezione di Sé, stimolata, in particolare, dalle vie del movimento, dell'ascolto, dell'energia, della nutrizione e della spiritualità. Tale idea si persegue nel rispetto totale della globalità dell'individuo stesso per arricchirne il suo personale stile di vita con elementi, fondati su basi scientifiche, volti a sostenere la propria salute tonica, intesa come equilibrio a livello corporeo che corrisponde a quello mentale.

La filosofia di **conTE** è volta al benessere ed alla salute della persona. Per farlo si fonda su 5 pilastri che, a loro volta, corrispondono a 5 precise azioni:

M I ALLENO
movimento

R E S P I R O
ossigenazione

M I C A R I C O
energia

M A N G I O
nutrizione

S O N O
meditazione

trova il tuo equilibrio



via Silver Sirotti, 21
47122 Forlì (FC)

T: +39.348.987.4502

W: www.movimentoconte.it

E: info@movimentoconte.it

