



Máte přebytečných 5,10 či více kilogramů ??

Zkoušeli jste již mnohokrát neúspěšně hubnout ??

Zkuste metodu, která je při léčbě obezity považována za nejúčinnější.

## BEHAVIORÁLNÍ PSYCHOTERAPIE

Pomůže Vám vytvořit správné stravovací a pohybové návyky.

Budete nejen hubnout, ale váhové úbytky si i udržíte.

Na této metodě jsou založeny

# KURZY SNIŽOVÁNÍ NADVÁHY

Probíhají pod odborným vedením vyškolených lektorek a jejich spolupracovníků ze společnosti STOB. Úspěšnost tohoto přístupu k léčbě obezity potvrzují tisíce absolventů kurzů, kteří zde ztratili své nadbytečné kilogramy.

**V kurzech máte možnost:**

- pracovat na změně svého životního stylu, která povede k trvalé redukci váhy
- zacvičit si přiměřeně svým tělesným možnostem
- získat další pomůcky usnadňující hubnutí
- příjemně strávit čas ve společnosti lidí majících stejný cíl a se silnou motivací snížit váhu o 2, 5, 10 či více kilogramů.

**Základní kurzy trvají 12 týdnů, každý týden jedna dvouhodinová lekce.**

*Začátek leden, březen, září.*

### KONTAKT

Mgr. Irena Rensová

mobil 723 409 379, email: Irena.Rensova@seznam.cz