

CENÍK

platný od 1.9.2026

KONZULTACE

72 EURO / 1 800 Kč

- Posouzení Vašeho aktuálního zdravotního stavu
- Analýza Vašeho současného životního stylu: fyzická aktivita, spánek, stres a vše ostatní, co může mít vliv na Váš celkový zdravotní stav
- Analýza Vaší současné stravy a stravovacích návyků
- Odpovědi na Vaše otázky
- Doporučení úpravy stravy k dosažení cílů

DOPORUČENÍ KREVNÍHO VYŠETŘENÍ

100 EURO / 2 500 Kč

- Sestavení krevního parametrů pro posouzení aktuálního zdravotního stavu
- Individuální zaměření na podrobné zjištění funkce vnitřních orgánů a metabolismu makro a mikroživin
- Zpracování základního doporučení dle výsledků (rozluštění výsledků)

! Krevní vyšetření provádíte samostatně za vlastní náklady

VYŠETŘENÍ KRVE + SUPLEMENTACE

140 EURO / 3 500 Kč

- Sestavení krevního parametrů pro posouzení aktuálního zdravotního stavu
- Odběr je zaměřen na podrobné zjištění funkce vnitřních orgánů a metabolismu makro a mikroživin
- Interpretace výsledků
- Zpracování základního stravovacího doporučení
- Sestavení doplňků stravy na míru (rozvrh k užívání, dávkování, efektivní formy mikronutrientů)

! Krevní vyšetření provádíte samostatně za vlastní náklady

ÚPRAVA NUTRIČNÍHO PLÁNU

140 EURO / 3 500 Kč

- Po obdržení nutričního plánu se za nějakou dobu mohou změnit potřeby Vašeho těla (při hubnutí/přibírání), např. se změni rychlost metabolismu
- Po nějaké době se změní Váš zdravotní stav (normalizují se krevní parametry, zbavíte se intolerancí, zlepší se funkce trávicího traktu) a bude potřeba upravit nutriční plán podle aktuálních hodnot

ZÁKLADNÍ NUTRIČNÍ PLÁN

220 EURO / 5 500 Kč

- NUTRIČNÍ PLÁN NA MÍRU podle aktuálních základních potřeb těla
- Základy zdravého stravování se zaměřením na hubnutí/přibírání/udržení zdravé váhy
- **10 receptů ke každému chodu**

NUTRIČNÍ PLÁN DŮRAZ NA ZDRAVÍ

276 EURO / 6 900 Kč

- Doporučení parametrů pro odběr krve
- NUTRIČNÍ PLÁN NA MÍRU
- Edukace o výživě, poskytnutí materiálů a nastavení zdravých stravovacích návyků
- **15-20 receptů ke každému chodu**

PRODLOUŽENÍ PROGRAMU

od 140 EURO / 3 500 Kč

- Navázání programu na 1-2 měsíce
- 4 konzultace délkou 30-60 min.
- Kontrolní krevní rozbor + 1000 Kč (40 euro)
- Úprava nutričního plánu + 2000 Kč (80 euro)

! Krevní vyšetření provádíte samostatně za vlastní náklady

INTENZIVNÍ VEDENÍ 30 DNÍ

396 EURO / 9 900 Kč

- Doporučení parametrů pro odběr krve
- NUTRIČNÍ PLÁN NA MÍRU
- Intenzivní nutriční vedení na 1 měsíc (konzultace 1x týdně)
- Pravidelná komunikace, reporty, podpora, doporučení ke konkrétním životním situacím v rámci výživy
- Edukace o výživě, poskytnutí materiálů
- **Suplementační doporučení**
- **BONUS: 15 postních receptů**

ODBORNÝ DOHLED 90 DNÍ

636 EURO / 15 900 Kč

- Doporučení parametrů pro odběr krve
- NUTRIČNÍ PLÁN NA MÍRU
- Nutriční vedení v průběhu 3 měsíců (konzultace 1-2x měsíčně)
- Pravidelná komunikace, reporty, podpora, doporučení ke konkrétním životním situacím v rámci výživy
- Edukace o výživě, poskytnutí materiálů podle řešených komplikací
- **Suplementační doporučení**
- **BONUS: 15 postních receptů**
- **BONUS: 15 receptů na zdravé saláty**

ODBORNÝ DOHLED 180 DNÍ

876 EURO / 21 900 Kč

- Doporučení parametrů pro odběr krve
- NUTRIČNÍ PLÁN NA MÍRU
- Nutriční vedení v průběhu 6 měsíců (konzultace 1-2x měsíčně)
- Pravidelná komunikace, reporty, podpora, doporučení ke konkrétním životním situacím v rámci výživy
- Edukace o výživě, poskytnutí materiálů podle řešených komplikací
- **Suplementační doporučení**
- **Úprava nutričního plánu podle aktuálních hodnot (zrychlení metabolismu)**
- **BONUS: 15 postních receptů**
- **BONUS: 15 receptů na zdravé saláty**