

**Wir begleiten Sie professionell und achtsam  
zu Ihrem Wunschgewicht!**

**Rufen Sie jetzt an unter 06234 / 8 133 083**

Wir sagen Ihnen, wann der nächste Gruppenkurs startet.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Einzeltermine und kostenlose Beratungsgespräche nur nach Vereinbarung möglich! Vielen Dank für Ihr Verständnis.



**Achtsam abnehmen**



Hypnosepraxis Hallermeier

Pfalzring 86  
67112 Mutterstadt  
Telefon: 06234 / 8 133 083  
Mobil: 0176 / 62 146 550  
E-Mail: [hypnosepraxis@hallermeier.org](mailto:hypnosepraxis@hallermeier.org)  
Homepage: [www.hypnosepraxis-hallermeier.de](http://www.hypnosepraxis-hallermeier.de)

**Hypnosepraxis Hallermeier**

*Heilpraktiker für Psychotherapie und Hypnosetherapeuten*

***Ihr Erfolg ist unsere Werbung!***

Wir begleiten Sie zum Erfolg!

## Über uns:

Unsere Hypnosepraxis befindet sich in Mutterstadt am Rande eines Wohngebietes mit direkter Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr.

Mit dem PKW sind wir perfekt aus allen Richtungen zu erreichen.

## Wir sind:

**Susanne Hallermeier**, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Hypnosetherapeutin und Hypnosemaster

und

**Hans Hallermeier**, NLP-Practitioner und Hypnosemaster

## Achtsam abnehmen – Ihr Weg zum Wunschgewicht!

Sie wollen dauerhaft Gewicht reduzieren und haben es schon mehrmals mit Diäten versucht? Sie wollen nachhaltig und längerfristig fachmännisch begleitet werden? Sie wollen sich mit Anderen über Ihre Erfolge und Ergebnisse austauschen können und dadurch profitieren?

Sie wollen **KEINE** Diät?

Dann wollen Sie vielleicht „**Achtsam abnehmen**“ und sind bei uns genau richtig. In 12 Wochen führen wir Sie in kleinen Gruppen achtsam auf Ihrem Weg zum Wunschgewicht.

Bei uns werden die erfolgreichen Gewichtsreduktionsmethoden der **Hypnose** und der **Achtsamkeit** harmonisch und sinnvoll miteinander verbunden.

**Ihr Vorteil:** Kleine Teilbeträge – und nach 7 Treffen (an denen Sie teilgenommen haben) können Sie eine kostenlose Einzelsitzung vereinbaren.

## Inhalte der Gruppentreffen

Woche	Inhalt	Preis
1. Woche	Kennenlernen, Vorstellung Hypnose und Achtsamkeit	20,00 EUR
2. Woche	Ziel- und Verhaltensanalysen erstellen, Hypnose	20,00 EUR
3. Woche	Richtig trinken, Hypnose	20,00 EUR
4. Woche	Einführung der Achtsamkeit und achtsames Atmen	20,00 EUR
5. Woche	Körperreise-Übung	20,00 EUR
6. Woche	Magenhunger erkennen	20,00 EUR
7. Woche	Augenhunger erkennen	20,00 EUR
8. Woche	Gefühlshunger erkennen	20,00 EUR
9. Woche	Neues Verhalten lernen bei Gefühlshunger	20,00 EUR
10. Woche	Persönlicher Schutzraum	20,00 EUR
11. Woche	Sich selbst annehmen	20,00 EUR
12. Woche	Vertiefungshypnose, Abschluss der Gruppentreffen	20,00 EUR