

Wizyta kontrolna

Na wizycie kontrolnej omawiamy błędy żywieniowe, co było trudne, co udało się osiągnąć. Wykonujemy analizę składu ciała aby dowiedzieć się czy ustalony plan żywieniowy jest skuteczny, czy odchudzanie przebiega w sposób prawidłowy, tzn. czy faktycznie chudniesz z tkanki tłuszczowej a nie np. z wody, czy mięśni.
