



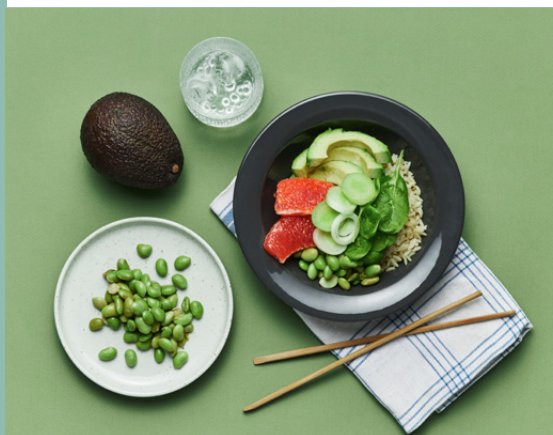
Via Esca

Maistuvaa hyvinvointia.

Valmennusohjelma yksilöille ja ryhmille

Via Esca

Lautatarhankatu 6
00100 Helsinki
p. 050 571 6628
info@viaesca.com



MIKÄ VIAESCA ON?

ViaEsca on valmennusohjelma, joka tähtää ruokailutottumusten pysyvään muutokseen. Se auttaa löytämään pysyvän tasapainon kalorien kulutuksen ja terveellisen ruuan välillä helposti ja motivoivasti. Oikein syömällä saavuttaa täysin uuden energiatason ja voi paremmin. ViaEsca koostuu 21 päivän aloitusmatkasta ja 3/6 kk jatkomatkasta.

VIAESCA – NIILLE, JOTKA HALUAVAT

- uutta energiaa
- nauttia hyvästä ruuasta
- oppia ja kasvattaa tietoisuutta hyvästä ravinnosta
- lisätä hyvinvointiaan terveellisen ruuan avulla
- pudottaa painoa ja saavuttaa pysyvän tasapainon

VAIKUTUKSET ALOITUSMATKAN JÄLKEEN

90%

MUUTTANUT RUOKAILU-
TOTTUMUKSIA

70%

PYSYVÄSTI 6 KK
JÄLKEEN

90%

LISÄÄ MYÖS
LIIKUNTAA

3-6 kg

PAINONPUDOTUSTA

VERENPAIN
LASKEE

KOLESTEROLI
PUTOAA

MIKSI VIAESCA TOIMII?



HELPPOUS



OMAN KEHON
YMMÄRRYS



MAISTUVAT
RUUAT



TIETOISUUDEN
KASVU



MOTIVOITUNEET
JA SITOUTUNEET
IHMISET



OIKEA-AIKAINEN
SOSIAALINEN JA
TALOUDELLINEN TUKI

ALOITUSMATKA
21 PÄIVÄÄ

JATKOMATKA
3 / 6 KK



HYVIÄ TULOKSIA JO LYHYESSÄ AJASSA

Jokainen matkamme käynyt on saanut uusia elämänlaatua ja terveyttä parantavia oivalluksia ja tapoja elämäänsä. Yritykselle investointi maksaa takuulla itsensä takaisin: takaamme sen vaikuttavuuden.

ViaEsca RYHMÄMATKA 5-10 hengelle

YHTEINEN KICK OFF

Tavoitteet, kehonkoostumusmittaus, sovelluksen ja rannekkeen käyttökoulutus

21 PÄIVÄN ALOITUSMATKA

Räätälöidyt, helpot reseptit, ViaEsca-sovellus, aktiivisuusranneke ja online-tuki

PURKU- TILAISUUS

Tulokset, kokemusten purku, kehonkoostumusmittaus ja mahdollisuus jatkomatkalle

Ryhmämatka on jokaiselle räätälöity kunkin lähtötilanteen ja tavoitteen mukaan. Samalla se on myös positiivinen tapa rakentaa yhteenkuuluvuutta ja tuoda työyhteisöön lisää energiaa yhdessä tekemällä ja kollegoita tsemppaamalla. Voit lähteä matkalle myös yksin ostamalla henkilökohtaisen matkan.

Lue lisää viaesca.com tai kysy tarjous info@viaesca.com