

## ÜBER MICH

Ich heiße Michaela Liehr und bin Ihre Ansprechpartnerin, wenn es um Themen rund um den Darm und Ihr Wohlbefinden geht.

Als holistische Darmtherapeutin, Ernährungsberaterin und Meditationslehrerin sehe ich Sie als Ganzes - Körper, Geist und Seele.

Jeder Mensch ist individuell und genau so erstelle ich meine Pläne und Empfehlungen.

Ich bin Coach, Mentorin und Therapeutin aus absoluter Leidenschaft und Ihre Gesundheit ist für mich eine Herzensangelegenheit. Ich nehme mir Zeit für Ihr ganz persönliches Anliegen.



**Der Darm ist die  
Wurzel der Pflanze  
Mensch**

F.X. Mayr



## Kontakt

Meine Leistungen für Privatkunden biete ich sowohl **online** als auch direkt **vor Ort** in **Landshut** an.

In Landshut finden Sie mich im Herzen der Landshuter Altstadt in den Räumlichkeiten des Yogazentrums Landshut (**Altstadt 28**). Termine nach Vereinbarung.

Für Ihr unvergessliches **Firmenevent** bringe ich meine Expertise direkt zu Ihnen in die Firma. Fördern Sie mit maßgeschneiderten Angeboten das Wohlbefinden und die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter.

### Michaela Liehr

Holistische Darmtherapeutin - Ernährungsberaterin - Meditationslehrerin

[info@ml-ernaehrung.de](mailto:info@ml-ernaehrung.de)

Mobil: 0151 - 65183585

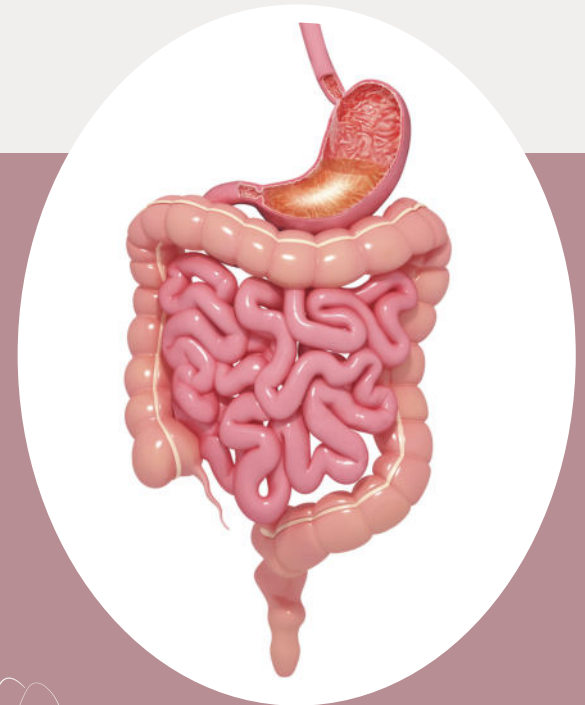
[www.ml-ernaehrung.de](http://www.ml-ernaehrung.de)

Stand: 01/2024

Foto: ©Luna Kloess



## Darmtherapie & Ernährungsberatung



### Michaela Liehr

holistische Darmtherapeutin - Ernährungsberaterin - Meditationslehrerin

mobil: 0151 - 65 18 35 85

[www.ml-ernaehrung.de](http://www.ml-ernaehrung.de)

# Firmenangebote

Gesundheit ist unser kostbarstes Gut. Fördern Sie mit maßgeschneiderten Angeboten das Wohlbefinden und die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter:innen.

Lassen Sie mir gerne Ihre Wünsche und Vorstellungen zukommen und ich freue mich, Ihnen ein unverbindliches Angebot zu erstellen.

## Vorträge/Workshops/Seminare

Sie planen einen Gesundheitsvortrag oder präventive Gesundheitsangebote für Ihre Mitarbeiter:innen?

Gerne erstelle ich Ihnen entsprechend Ihrer Vorstellung ein geeignetes Konzept.

## Begleitete Basenkur für Ihre Mitarbeiter:innen

Sie möchten sich aktiv um die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter:innen kümmern und Ihnen ein ganz besonderes Angebot machen?!

Gerne biete ich meine begleitete Basenkur auch für Ihre Mitarbeiter:innen an, halte direkt bei Ihnen vor Ort die zugehörigen Vorträge und stehe für Fragen zur Verfügung.



# Retreats

## Begleitete Basenkur

Gönnen Sie sich bewusst eine Woche Pause vom stressigen Alltag. Es stehen eine gesunde Ernährung, moderate Bewegung und gezielte Entspannung im Mittelpunkt.

Die begleitenden Vorträge können Sie ganz bequem von zu Hause aus anhören.

Eine Messengerbetreuung für Fragen ist inklusive.

## Basenkur

Sie können an den angebotenen Terminen nicht teilnehmen?

Dann buchen Sie doch gerne das kleine Paket der Basenkur für zu Hause.

Hinweis: die begleitenden Videos sind in der "Du-Form"

[www.ml-ernaehrung.de](http://www.ml-ernaehrung.de)  
Instagram: [michaela\\_liehr](https://www.instagram.com/michaela_liehr)

# 1:1 Beratungen

## Darmtherapie, Ernährungsberatung

Gesundheit ist unser kostbarstes Gut - warten Sie nicht, bis es zu spät ist. Nehmen Sie Ihre Gesundheit selbst in die Hand und erhalten Sie wieder mehr Wohlbefinden.

Meine Angebote unterstützen Sie dabei über Ihre Darmgesundheit mehr zu erfahren und Ihre Probleme gezielt anzugehen.

Eine Störung der Darmgesundheit kann zahlreiche Folgen haben und weit über den Darm hinaus reichen.

## 1:1 Darmtherapie über 10 Wochen

- Anamnesegespräch (120 Minuten)
- Auswertung Ernährungstagebuch
- Stuhlanalyse & Therapieplan inkl. Gespräch
- 4 weitere Coaching-Termine à 45 Minuten
- Verlängerung möglich

## Darmgesundheits-CheckUp

- Anamnese- & Therapieplangespräch (120 Minuten)
- Auswertung Ernährungstagebuch
- Verlängerung möglich

## Sprechstunde

- Stundenweise Buchung möglich

