

Planurile personalizate sunt pe principiul **primul venit, primul servit**. Sunt disponibile **6 pachete anuale** de servicii personalizate (3 basic și 3 complete) Planurile personalizate sunt ideale pentru cei care își doresc abordări complete și complexe: psihoterapie, sesiuni instant, plan de nutriție, monitorizare, cât și recomandări și lucru cu alți specialiști din domeniul sănătății și optimizării vieții.

Planurile personalizate sunt pentru tine dacă:

- Nu ai timp de sesiuni în format clasic
- Îți dorești o abordare mai amplă a sănătății tale
- Vrei să ai acces la specialiști în condiții mai apropiate de nevoile tale

Planul basic:

Sunt disponibile 3 pachete pe an

Această opțiune de plan personalizat este perfectă pentru cei care doresc un plan personalizat, dar nu caută neapărat coaching continuu.

Acest plan include:

- 4 sesiuni de **psihoterapie** / coaching, câte 1 pe săptămână în format recurent
- 2 **sesiuni de urgență** / lună (în cel mult 48 de ore de la solicitare, maxim 1 sâmbătă)
- **Protocol** de analize, alimentație, suplimente, mișcare, temporizare a meselor
- 1 sesiune de **monitorizare** a progresului / lună

*plata se face integral sau în 2 tranșe conform unui plan agreat individual

**orice sesiune modificată/anulată cu mai puțin de 48 de ore înainte este considerată efectuată

Planul complet:

Sunt disponibile 3 pachete pe an

Această opțiune de plan personalizat este perfectă pentru cei care doresc un plan personalizat, dar au nevoie și de monitorizare/coaching continuu.

Acest plan include:

- 8 sesiuni de **psihoterapie** / coaching, câte 2 pe săptămână în format recurent
- prioritate la programare
- 4 **sesiuni de urgență** / lună (inclusiv în aceeași zi, maxim 2 sâmbăta)
- **Protocol** de analize, alimentație, suplimente, mișcare, temporizare a meselor
- **Link**-uri si recomandări specifice pentru putea alege ce funcționează cel mai bine
- 2 sesiune de **monitorizare** a progresului / lună
- 2 sesiuni cu **preparator fizic** / lună
- 2 sesiuni de **masaj** cu specialist certificat / lună

*plata se face integral sau în 2 tranșe conform unui plan agreat individual

**orice sesiune modificată/anulată cu mai puțin de 48 de ore înainte este considerată efectuată

Haide să vorbim despre nevoia ta și despre costurile planurilor personalizate:
cosmina.a.pacurar@gmail.com