

# Persönliche Gesundheitsberatung / Gesundheitscoaching



Kai Drießen  
BGF &  
Gesundheitsmanagement  
Tel. / +49 170 5594065  
E-Mail / [kai-bgf@mail.de](mailto:kai-bgf@mail.de)

41334 / Nettetal

Ob chronische Schmerzen, Rehabilitation nach Verletzungen oder Unfällen, klassische Prävention oder der Wunsch nach Gewichtsreduktion und Muskelaufbau ich begleite dich auf deinem individuellen Weg zu mehr Gesundheit, Beweglichkeit und Wohlbefinden.

Mit maßgeschneiderten Trainings- und Beratungskonzepten unterstütze ich dich dabei, deine Ziele nachhaltig und sicher zu erreichen.

- ✓ Ernährungsberatung
- ✓ Supplementberatung
- ✓ Trainingsplan Gestaltung
- ✓ Mindset-Coaching