

Starkes Duo: Personaltraining und ästhetische Operation

Nachhaltiger Weg zur Wunsch-Figur

Fitness, Ernährung, Coaching und Schönheitsoperation

Es ist eine einzigartige Kombination: Der Mediziner Prof. Dr. Ralf-Thomas Michel und der Personaltrainer Jan Hansen haben sich im Ligamenta Wirbelsäulenzentrum Frankfurt zu einem engagierten Team zusammengefunden, um Menschen ganzheitlich und nachhaltig auf dem Weg zur Wunsch-Figur zu unterstützen. Das Programm umfasst einen individuell abgestimmten Fitness- und Ernährungsplan mit kontinuierlicher Betreuung und mentalem Coaching, denn allein mit einer Schönheitsoperation, wie zum Beispiel einer Bauchstraffung, einem Brustaufbau oder einer Fettabsaugung ist es nicht getan. „Uns ist es wichtig, die Menschen kompetent, einfühlsam und dauerhaft erfolgreich zu begleiten!“, betont Prof. Dr. Michel. Der ästhetische Operateur und Gynäkologe ist seit 20 Jahren ein international anerkannter Mediziner und ergänzt wie auch der Frankfurter Sportwissenschaftler und Sportmediziner Jan Hansen seit August 2011 das Ligamenta-Team.

Dieses Programm richtet sich an Menschen, die ihrem Leben eine neue Perspektive geben möchten und ihre Traum-Figur nachhaltig anstreben. Bei den Schönheitsoperationen stehen einzelne Problemzonen sowie die Wiederherstellungs-Chirurgie im Zentrum. „Ich

schau mir meine Patienten genau an, um das optimale Ergebnis für die Harmonisierung der körperlichen Silhouette zu erreichen“, so Prof. Dr. Michel. Auf die Zusammenarbeit mit Jan Hansen freut sich der Mediziner besonders: „Es ist wichtig, Menschen zu begleiten und gerade den Adipositas-Patienten mental beizustehen, um einen beständigen Erfolg zu erzielen!“

Fit und entspannt ohne Muskelkater

Mit Spaß am Sport führt Jan Hansen seine Klienten seit über elf Jahren auf sanfte Art und Weise hin zur eigenen Fitness. Neben Ernährungsberatung, Rückenschule und Burn-out-Prävention hat sich der Coach darauf spezialisiert, Menschen beim Abnehmen zu unterstützen. „Sport bedeutet für mich Bewegung mit dem eigenen Körper an der frischen Luft ohne Muskelkater, denn ich setze in meiner Arbeit auf Motivation und mentales Coaching!“

Kontakt:

Ligamenta Wirbelsäulenzentrum
Walter-Kolb-Strasse 9-11
60594 Frankfurt am Main
Tel 069-3700673-0
www.ligamenta.de



Prof. Dr. Ralf-Thomas Michel, ästhetischer Operateur und Personaltrainer Jan Hansen ergänzen das Ligamenta-Team.

Bausteine des innovativen Behandlungskonzeptes:

- 1 Individuelle Beratung und Diagnose
- 2 Ernährungsberatung
- 3 Sport- und Mentaltraining
- 4 Coaching
- 5 prä- und post-operative Beratung und Begleitung
- 6 Schönheitsoperation (z.B. Bauchstraffung, Fettabsaugen, Wiederherstellung der Körper-Silhouette)
- 7 Follow up: Nachuntersuchungen, Training und Beratung

Patientenveranstaltungen zum Thema:

→ **Mittwoch, 31. August 2011, 18.30 Uhr**
Fitness, Ernährung und ästhetische Operationen – der nachhaltige Weg zur Traumfigur mit Prof. Dr. Ralf-Thomas Michel und Jan Hansen (Personaltrainer)

→ **Mittwoch, 14. Sept. 2011, 18.30 Uhr**
Fitness, Ernährung und ästhetische Operationen – der nachhaltige Weg zur Traumfigur mit Prof. Dr. Ralf-Thomas Michel und Jan Hansen (Personaltrainer).

Die Veranstaltungen sind kostenfrei, Anmeldung erforderlich.