



¿Quieres adelgazar comiendo bien?

DESCUBRE EL **MÉTODO CUHÍDATE**



El primer plan nutricional que incluye formación sobre cocina saludable impartida por chefs

Aprende a hacer una dieta eficaz, basada en la dieta mediterránea y que podrás mantener en el tiempo.

Equipo

Te ofrecemos un plan nutricional orientado a la pérdida de peso a través de hábitos saludables, guiado por la **nutricionista Gema Hidalgo** y complementado por el equipo de **chefs de Contacto Cocina**.



¿Qué incluye el plan nutricional?

4 CURSOS (uno a la semana)



Hábitos saludables

Cómo y
qué comprar



Desayunos

y snacks
para media mañana



Comidas

saludables
y sabrosas



Cenas

y meriendas
para cuidarse



4 CONSULTAS DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN
(una a la semana)

Utilizamos la bioimpedancia eléctrica

Es un **método de medición no invasivo** que se basa en las propiedades eléctricas del cuerpo humano, en la composición de los distintos tejidos que lo forman y en el contenido total de agua de nuestro cuerpo.



Aprovecha el
descuento de
lanzamiento -20%

~~382 €~~ **306 €***

* y llévate un pack de bienvenida
de regalo

Duración del plan: 1 mes

Precio habitual:	382 €
Descuento de lanzamiento 20%:	382 € 306 €
Pago único (dto. adicional 5%):	306 € 290 €
Pago en 3 mens. sin intereses:	3x 102 €

Abierto plazo de inscripción:

Contacto Cocina
Oquendo 20, 28006 Madrid

info@contactococina.com

699 351 858 / 915 027 637

