



Sally er englænder og har boet i Danmark i mere end 30 år.

Oprindeligt uddannet som fysioterapeut, med over 30 års erfaring. Har efterfølgende uddannet sig inden for ernæring, akupunktur, kinesiologi, naturmedicin både i England og USA – og er specialist i stress/goodlifecoaching.

Hun har siden 1997 drevet egen virksomhed "team goodlife", hvor hun arbejder med fysisk, mental og følelsesmæssig sundhed.

Dvs. 'everything you need to know to feel good'

"Jeg er vild med viden og brænder for formidling" siger Sally der er foredragsholder inden for emner som kost, personlig udvikling og stress, bl.a. på Club La Santa hvor hun flere gange om året holder 'goodlife' uger.

Desuden har hun skrevet flere bøger bl.a. "The Goodlife Manual – tools to identify and turn off stress", "Livet er sødt – sukker sandheder, misforståelse og afhængighed" og er medforfatter på "Din krop er et spejlbillede af dine tanker".

**Få nærmere oplysninger på
tlf.: 26 16 77 01 eller
sw@teamgoodlife.dk**



Energi produktion og Kosttypologi Kursus

Formålet med kurset er at du får en overblik over cellernes energi produktion, samt bliver bekendt med de faktorer bestemmer hvilken næringsstoffer er bedst for den enkelte. Hvordan du finder frem til den mad der bedst for dig og andre, samt en grundig gennemgang af næringsstofferne.

Den måde kroppen forarbejder og forbrænder maden og næringsstofferne er forskellige og individuel, og det er genetiske bestemt.

"Kosttypologiens" principper er baseret på mindst 100 års forsøg, opdagelser og forskning foretaget af læger, biokemiker, fysiologer, klinisk diætister, tandlæger og psykologer, såsom, George Watson, Harold Kristal, William Wolcott, William Kelley, Roger Williams, Vilhjalmur Stefansson, Weston A. Price, Francis Pottenger, mm.

I løbet af de 2 dage får du:

- kendskab til energiproduktion i cellerne
- kendskab til din kosttype
- træning i hvordan du tester andre
- indblik i måltidernes sammensætning
- kendskab til forsøgene og opdagelserne bag principperne
- grundig gennemgang af næringsstofferne; proteiner, fedt og kulhydrater,
- overblik af vitaminers og mineralers funktioner i kroppen

Pris: 1800 kr.

Sted: team goodlife, Frederiksberg Allé 39A, 1820 Frb.

Hvornår: 12. – 13. marts - Kl. 10.00 – 16.00

Tilmelding og info: Sally Walker, sw@teamgoodlife.dk

