

# Hormon-Checkliste

Dein Name:



# Willkommen

**Es ist echt klasse, dass Du Dir diese Auszeit für Dich und Deine Körper gönnst!**

**Indem Du in Harmonie mit Dir selbst und Deinem Körper agierst, entfaltet sich Dein wahres Potenzial. Dieses harmonische Zusammenspiel öffnet Türen zu neuen Möglichkeiten.**

**Ich schenke dir ein Gratis-Coaching mit mir, in dem wir gemeinsam über deine Auswertung deiner hormonellen Lage und erste Lösungsansätze sprechen werden. Wenn du noch keinen Termin gebucht hast, kannst du das hier machen.**

**Um unser Coaching optimal zu gestalten, sende Deine Antworten bis spätestens 24 Stunden vor unserem Treffen an: [info@nicole-lurz.de](mailto:info@nicole-lurz.de).**

Deine

Nicole

# Hi, ich bin Nicole

## Deine Mentorin für Body - Mind - Soul & H(o)rmony

Health-Coach, Heilpraktikerin & Expertin für Frauengesundheit aus der Nähe von Heidelberg.

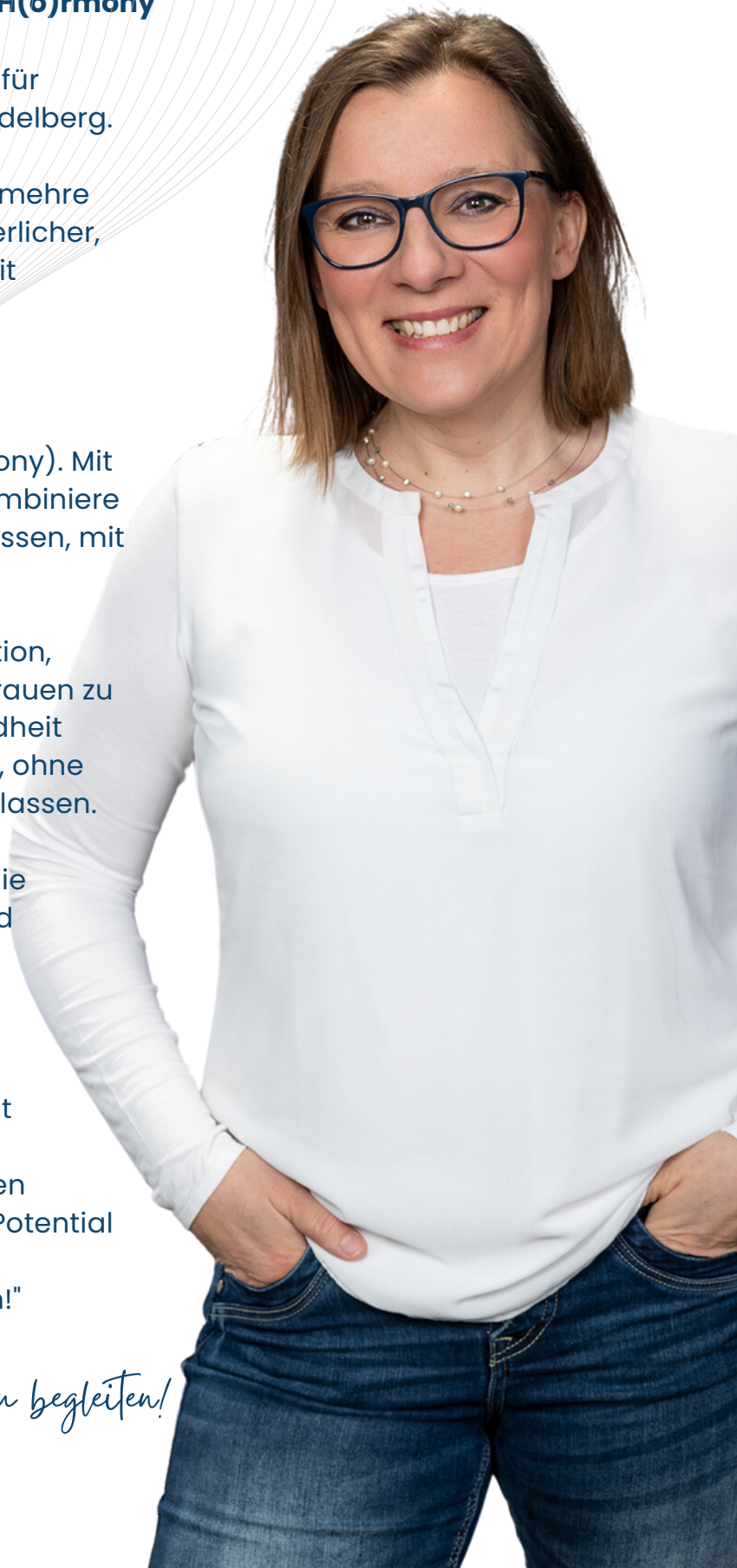
In den letzten 11 Jahren durfte ich schon mehr als 100 Frauen auf ihrem Weg zu mehr körperlicher, hormoneller und emotionaler Gesundheit begleiten.

Dabei verbinde ich mit meinem eigenen ganzheitlichen Ansatz alle Aspekte der Wechseljahre (Body-Soul-Mind-H(o)rmony). Mit meinem einzigartigen 7 Schritte Plan, kombiniere ich mein ganzheitliches medizinische Wissen, mit den neuesten Erkenntnissen aus Neurowissenschaft, Epigenetik & Lebensstilmedizin und integriere Meditation, Mindset- und Energiearbeit, um so die Frauen zu ermächtigen ihre Leben und ihre Gesundheit wieder in die eigenen Hände zu nehmen, ohne sich von den Hormonen ausbremsen zu lassen.

Ich bin fest davon überzeugt, dass WIR die „Schöpferinnen unseres Lebens“ sind und nicht unsere Gene, Lebenssituation oder Symptome.

Meine Mission ist es, Frauen dazu zu befähigen, ihr Leben und ihre Gesundheit wieder in die eigenen Hände nehmen zu können, ohne sich von den Wechseljahren ausbremsen zu lassen. Um so ihr volles Potential leben zu können. "Mach deine zweite Lebenshälfte zu deinen goldenen Jahren!"

*Ich freue mich darauf, dich dabei zu begleiten!*





Danke

**Herzlichen Dank, dass du dir die Zeit  
genommen hast, diese essenziellen Fragen  
zu beantworten.**

**So können wir im Termin direkt mit den  
Lösungsansätzen starten.**

