

PAQUETES Y TARIFAS

HONORARIOS DE SERVICIOS DE NUTRICIÓN

- **PRIMERA VISITA + PLAN NUTRICIONAL PERSONALIZADO**
80€

Incluye:

- Evaluación integral de nutrición y estilo de vida
- Análisis de hábitos alimentarios y posibles desequilibrios
- Plan nutricional y estilo de vida personalizado
- Guía práctica por objetivos

- **CONSULTA DE SEGUIMIENTO**
60€

Incluye:

- Revisión de progreso y ajustes del plan
- Resolución de dudas y educación nutricional
- Herramientas de motivación y acompañamiento

- **BONOS**

- Bono de 6 sesiones: 320 CHF
- Bono de 12 sesiones: 620 CHF

**Siempre incluido: soporte por WhatsApp y correo electrónico (de lunes a viernes, respuesta en menos de 24 h), recetas mensuales equilibradas hormonalmente, ajustes del plan de comidas y herramientas de seguimiento del progreso.*

HONORARIOS DE EDUCACIÓN NUTRICIONAL Y TALLERES

- **SESIONES DE EDUCACIÓN NUTRICIONAL**
50 €/hora

Temas más populares:

- Planificación de menú y organización de la compra
- Cómo leer etiquetas de forma inteligente
- Conceptos clave de nutrición explicados
- Estrategias dietéticas según tus objetivos (SOP, embarazo, endometriosis, menopausia, etc)
- Sesión de preguntas y respuestas



- **CLASES DE COCINA SALUDABLE A DOMICILIO**

Sesiones personalizadas de repostería, panadería o platos

Incluye:

- Guía práctica paso a paso
- Explicación y adaptación de recetas
- Técnicas culinarias y consejos de organización

Clase privada (1 persona): 60€/hora

Clase semiprivada (2 personas): 40€ por persona/hora

Clase en grupo reducido (3–4 personas): 20€ por persona/hora

**Sujeto a disponibilidad geográfica*

***Los ingredientes no están incluidos*

- **TALLER "VAMOS JUNTOS DE COMPRAS"**

Selección personalizada de alimentos: 50€

Incluye:

- Plan de menús personalizado según tus objetivos
- Creación de lista de la compra completa
- Acompañamiento en tienda (90 minutos)
- Lectura de etiquetas y selección de productos

**Sujetos a disponibilidad geográfica*

***Los ingredientes no están incluidos*

PAGO Y RESERVA

- Métodos de pago: transferencia bancaria (EU), bizum o efectivo antes de la sesión.
- Política de cancelación: se requiere aviso con 24 h de antelación para reprogramar (sin cargo). Las cancelaciones tardías implican la pérdida de la sesión.

¿QUÉ PLAN SE AJUSTA MEJOR A TI?

Reserva GRATIS tu llamada pre consulta de 10 minutos

☎ +34 658565893

✉ nutreat.marina@gmail.com

Información adicional

- Se ofrece acompañamiento y soporte continuo por WhatsApp y correo electrónico durante todo el proceso nutricional.
- Todos los servicios deben abonarse íntegramente al realizar la reserva de día y hora.
- Todos los servicios están diseñados para una persona. Si estás interesado en sesiones para parejas o grupos, por favor consúltame para conocer los precios.
- Cancelación o cambio gratuito hasta 24 horas antes.
- Todos los servicios se ofrecen tanto online como de forma presencial (sujeto a disponibilidad geográfica).

