

Hakkımızda

Son güncelleme: 11 Mayıs 2026

Fonksiyonel İyileşme Nedir?

Fonksiyonel İyileşme; kadınların bedensel, zihinsel ve duygusal dengelerini bütüncül bir yaklaşımla güçlendirmelerine destek olmak amacıyla kurulmuş bir wellness ve koçluk platformudur.

35 yaş üstü kadınlarda sıkça görülen tükenmişlik, hormonal dengesizlik, kronik yorgunluk ve yaşam enerjisi kaybını fonksiyonel tıp ilkeleri, qigong ve biofeedback yöntemleriyle ele alıyoruz.

Misyonumuz

Her kadının kendi bedenini anlama, enerji ve dengesini yeniden keşfetme hakkına sahip olduğuna inanıyoruz. Bilimsel temelli yöntemleri kadim sağlık gelenekleriyle harmanlayarak kalıcı ve sürdürülebilir bir iyileşme yolculuğu sunuyoruz.

Hizmetlerimiz

- +35 Kadınlar için Wellness Programı — 8 haftalık kapsamlı koçluk programı
- Qigong seansları — enerji ve beden farkındalığı
- QX-Ed Biofeedback seansları — stres farkındalığı ve stres yönetimi desteği
- Bireysel fonksiyonel tıp koçluğu — online ve yüz yüze
- Dijital içerikler — rehberler ve e-kitaplar

İletişim

- Web: www.fonksiyoneliyilesme.com
- E-posta: sezin.ardanuc@gmail.com
- Telefon: +90 532 3274475
- Adres: İlimtepe mah. Körfez Atakent Sitesi A-23 Körfez/Kocaeli