



Donnerstag, 2.7.15 um 13.30h / VORTRAG:

Essen was der Körper wirklich braucht! Welcher Stoffwechsel-Typ sind Sie?

Fehlt es an Energie? Fühlen Sie sich nach dem Essen manchmal gebläht und schlapp? Trainieren Sie auf einen Wettkampf und möchten Sie Ihre Leistung durch den richtigen „Sprit“ noch optimieren?

Was wir essen, hat eine grosse Auswirkung auf unser Wohlbefinden und unsere Leistungsfähigkeit. Doch: Wie ernähre ich mich richtig?

Diese Frage kann nicht pauschal beantwortet werden. Denn jeder ist einmalig. Einige übersäuern vom Fleisch, andere von Südfrüchten, Tomaten, Zwiebeln etc. Das sind oft Menschen, die sich „gesund“ ernähren und doch stets Probleme mit der Verdauung haben, an unreiner Haut leiden oder schlecht schlafen.

Es gibt Ernährungsformen, die viel Eiweiss empfehlen. Doch wer sagt, dass das für Sie richtig ist? Vielleicht sind Sie ein Kohlenhydrat-Typ und brauchen Kartoffeln und Pasta. Seit 2006 bin ich lizenzierte Stoffwechsel-Beraterin und helfe Menschen, indem ich ihnen massgeschneiderte Ernährungsempfehlungen gebe.

Ich finde für Sie über eine **Stoffwechsel-Typisierung** (Metabolic Typing ohne Blutentnahme) heraus, was Ihr Körper wirklich braucht! Vor allem kommt es auf das richtige Verhältnis von Kohlenhydrat, Eiweiss und Fett an!

Wer sich typengerecht ernährt, steigert seine Energie und Leistungsfähigkeit messbar!

Körperlich fit mit typengerechter Ernährung und gesunder gesunder Geist durch Lösen mentaler & emotionaler "Handbremsen" mittels Quantenheilung & Energiemedizin:

Mit Matrix-Inform® hin zum Flow im Leistungssport!

Seit vielen Jahren wird im Profisport bereits mit Mentaltraining und positivem Denken gearbeitet.

Wer im Flow ist, der ist körperlich belastbar, kann sein Talent einsetzen und ist emotional ausgeglichen. Wer im Flow ist, bringt Höchstleistungen und ist in einem energetisch ausgeglichenen Zustand auf sehr hohem Niveau.

Die Wellen der Quanten von Matrix-Inform® können lösen, was behindert, blockiert und transformieren Traumata und seelische Verletzungen.



Ich biete am Donnerstag, 2.7.15 um 13.30h einen Vortrag zu diesem Thema an und darf auch von einigen Erfahrungen mit Sportlern berichten, denn ich arbeite seit 4 Jahren mit Sportarzt Dr. Thomas Scheiring, Sportmed Telfs zusammen.

Am Freitag, 3.7.15 werden von Pitztal Tourismus 6 Gutscheine bereitgestellt für eine BIA-Körperstruktur & Vitalitäts-Analyse mit Einzelterminen von 10.00h - 12.00h.

Wer eine persönliche Stoffwechsel-Typisierung mit einem individuellen Ernährungsplan und Auswertung haben möchte - hat am Samstag die Möglichkeit dies im Rahmen eines Workshops im Hotel Vier-Jahreszeiten, Mandarfen zu machen. Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen beschränkt - zum Spezialpreis Person von Euro 160,00 statt (sFr. 420,00) für BIA-Körperstruktur und Vitalitäts-Analyse, sowie Stoffwechsel-Typisierung mit individuellem Ernährungsplan und 100-Seitige Auswertung.