

# Stoffwechselltyp-Bestimmung

- ✓ Sie wollen sich so ernähren, dass Sie jeden Tag **leistungsfähig, konzentriert und emotional ausgeglichen** sind.
- ✓ Sie wollen **Übergewicht**, Diabetes und Herzerkrankungen vorbeugen oder vorhandenes Übergewicht nachhaltig **verlieren**.
- ✓ Sie wollen **Regenerationsphasen verkürzen** und körperlichen Schäden vorbeugen.



## Erfahren Sie mehr über Ihren Körper ...

1. Körperanalyse-Messung
2. Stoffwechselltypbestimmung
3. Ernährungsanalyse
4. Ernährungs- und Bewegungstipps

1. Durch die-Messung Ihrer **Körper-Zusammensetzung** (Körperfett, Körperwasser, Organfett, Muskel- und Knochenmasse, Grundumsatz, Körperbauwert, Stoffwechselalter) erhalten Sie Einblicke in wichtige Gesundheitskennzeichen. Dadurch können Sie die Auswirkungen von Änderungen in Ihrer Lebensweise (z.B. Ernährung, Bewegung) überwachen und sicherstellen, dass Sie sich gesund ernähren und bewegen.
2. Nicht jede Ernährungsform und sei sie noch so „gesund“, ist für jeden Menschen gleich gut geeignet. Denn Sie haben eine andere Stoffwechsellage als z.B. Ihr Kollege oder Ihr Nachbar. Durch eine **Stoffwechselltyp-Bestimmung** lernen Sie, welche Anteile an Eiweißen, Kohlenhydraten und Fetten für Sie optimal ist. Sie werden staunen, wie Sie allein durch die Veränderung dieser Anteile entsprechend Ihres Stoffwechselltyps abnehmen, Energie dazugewinnen, sich satt und zufrieden nach jeder Mahlzeit fühlen und Heißhunger auf Süßes verlieren.
3. Mit den Daten aus der Körper-Analyse-Messung und Ihres Stoffwechselltyps werden wir Ihre **derzeitige Ernährung** ganz gezielt unter die Lupe nehmen und optimieren. Sie erfahren, wie Sie bereits durch kleine Korrekturen, positive Ergebnisse erreichen können.
4. Sie erhalten **alltagstaugliche Ernährungs- und Bewegungs-Lösungen** für mehr Wohlbefinden und Gesundheit.

**Dauer:** zwei Termine über jeweils 1 ½ Stunden

**Preis:** 1. Termin: 120,00 €    2. Termin: 120,00 €    Gesamt: 240,00 € (inkl. MwSt.)

## BioLogische Abnehmpraxis Dresden

Katrin Kalbe, ganzheitliche Gesundheits- und Ernährungsberaterin  
Königsbrücker Landstr. 113, 01109 Dresden - Klotzsche  
Tel.: 0351-309 16 277, [info@biologisches-heilwissen-dresden.de](mailto:info@biologisches-heilwissen-dresden.de)  
[www.biologisches-heilwissen-dresden.de](http://www.biologisches-heilwissen-dresden.de)  
[www.schwingende-ringe.de](http://www.schwingende-ringe.de)

