

metabolic balance® - Das erfolgreiche Programm zur ganzheitlichen Stoffwechselstärkung und Gewichtsregulierung

So ernähren Sie sich gesund, stärken Ihren Stoffwechsel und regulieren schonend Ihr Gewicht!



Was ist metabolic balance®?

metabolic balance® ist ein Stoffwechselprogramm zur Gewichtsregulation – entwickelt von Ärzten und Ernährungswissenschaftlern.

Mit seiner Hilfe stellen Sie Ihre bisherige Ernährung auf ein gesundes, vollkommen ausgewogenes und individuell auf Sie zugeschnittenes Nahrungsprofil um. Die Grundlage dazu bildet Ihr persönlicher Ernährungsplan, der auf Basis Ihrer aktuellen Labordaten und Angaben zu Ihrer Gesundheit erstellt wird. Er führt Sie in vier Phasen zum Erfolg. Ergreifen Sie Ihre Chance, um Ihre persönlichen Gewichtsprobleme zu lösen und Ihre Gesundheit präventiv und ganzheitlich zu fördern.

Wie wirkt metabolic balance®?

Ihr individueller Ernährungsplan bringt Ihre persönliche „Körperchemie“ mit der zu Ihnen passenden „Nahrungsmittelchemie“ in eine neue, metabolische Balance. Sie ernähren sich nicht nur mit allen gesunden und für Sie notwendigen Nähr- und Mineralstoffen ganz normaler Nahrungsmittel, Sie essen vielmehr auch nur solche, die Ihr Körper benötigt. Ihr Plan nimmt also Ihre ganz persönliche körperliche Situation auf und ist deshalb auch ausschließlich auf Sie und Ihre Daten bezogen.

Warum funktioniert metabolic balance®?

Ihr Ernährungsplan hat die Unterstützung Ihres gesunden Stoffwechsels und die Regulierung Ihres Gewichts zum Ziel. Damit Sie das möglichst reibungslos und in einem zeitlich überschaubaren Rahmen erreichen, werden Sie von uns individuell betreut

Wodurch erreicht metabolic balance® die Gewichtsreduktion?

Durch Ihren individuellen Ernährungsplan stellen Sie Ihrem Körper alle notwendigen und gesunden Nährstoffe zur Verfügung. Hierbei werden die Nahrungsmittel weniger nach Kaloriengehalt, sondern nach einem ausgewogenen Anteil von Fett, Eiweiß und Kohlenhydraten ausgesucht. Auf Grund Ihrer persönlichen Angaben und Ihrer Laborergebnisse empfehlen wir Nahrungsmittel, die jene Mengen an Mineralien und Vitaminen enthalten, die Ihr Körper benötigt, um wieder einen ausgeglichenen Hormonhaushalt zu erreichen. Dadurch regen Sie den gesunden Stoffwechsel an und fördern insbesondere eine naturgerechte Insulinausschüttung. Mit den acht Regeln zur Nahrungszubereitung und -aufnahme regulieren Sie schonend und nachhaltig Ihr Gewicht und stärken Ihren gesamten Hormonhaushalt.



Welche Gesundheitsverbesserungen erreiche ich mit metabolic balance®?

Die dauerhafte Umstellung des Körpers auf die passende gesunde und ausgewogene Ernährung beugt, vor allem in Kombination mit angemessener Bewegung, langfristig den bekannten Zivilisationskrankheiten vor. Die Wiederherstellung des natürlichen Ernährungsgleichgewichts bewirkt die Wiederherstellung Ihres natürlichen Körper(gleich)gewichts. Wer einmal die Ernährung umgestellt hat und nachfolgend einige Grundregeln weiter beachtet, bleibt bei dem erzielten Gewicht.

Gleichzeitig fördern Sie Ihre Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit und verbessern Ihr gesamtes Energieniveau. Sie schlafen besser, Ihre körperlichen und psychischen Kräfte steigen an – Sie fühlen sich insgesamt gesünder, vitaler und frischer und strahlen das auch aus. Denn Sie bauen Körperfett ab, schonen aber gleichzeitig das Muskel- und Bindegewebe, d.h. Ihre Haut bleibt straff und glatt.

Wann sollte ich am metabolic balance®-Programm unbedingt teilnehmen?

Die Teilnahme am Programm ist für Sie sinn- und wertvoll

- wenn Ihre Gewichtssituation nach einer Lösung ruft und Sie endlich gesund abnehmen wollen,
- wenn Sie, egal in welcher Altersstufe, energievoll, leistungsfähig und fit sein wollen.
- Bei folgenden Erkrankungen/ Gesundheitsstörungen ist die Teilnahme am metabolic balance®-Programm besonders sinnvoll:
 - Übergewicht/Heißhunger
 - Zucker- und Fettstoffwechselproblemen
 - Herz-Kreislauferkrankungen, z.B. Bluthochdruck
 - Rheumatischen Beschwerden
 - Migräne
 - Verdauungsbeschwerden
 - Hormonstörungen/ Wechseljahrsbeschwerden
 - Allergien/Hautproblemen
 - Leistungs- und Antriebsschwäche

Wie gehe ich nun vor, wenn ich am Programm teilnehmen möchte oder einfach noch mehr Informationen benötige.



1. Vereinbaren Sie einen ersten Beratungstermin ...
 - ... bei dem Sie mit uns Ihre Wünsche und Ziele besprechen,
 - ggf. Ihre persönlichen Angaben und weitere wichtige Daten festgehalten werden und
 - Ihnen, sofern Sie am metabolic balance®-Programm teilnehmen möchten, Blut entnommen wird.
2. Ihr Blut wird anschließend in einem medizinischen Labor ausgewertet und auf Basis der Laborwerte, der von Ihnen gemachten Angaben und Ihrer Ziele wird nun Ihr individueller Ernährungsplan erstellt. Er ermöglicht die einfache und problemlose Ernährungsumstellung, ohne dass Sie auf ein abwechslungsreiches Mahlzeitenangebot und regelmäßig drei Mahlzeiten pro Tag verzichten müssen.
3. In einem weiteren Termin händigen wir Ihnen Ihren individuellen Ernährungsplan aus und erläutern Ihnen ausführlich, wie Sie über die vier Phasen zum Erfolg kommen. Wir unterstützen Sie natürlich während dieser Zeit individuell.

Nach erfolgreichem Abschluss Ihres metabolic balance®-Programmes – und meist auch schon während dieser Zeit – werden Sie von vielen Personen aus dem Bekannten- und Verwandtenkreis auf Ihr vitaleres Aussehen und zu Ihrem Gewichtsverlust angesprochen. So können Sie, wie Tausende von Teilnehmern vor Ihnen, das metabolic balance®-Programm weiterempfehlen.

Weitere Informationen und Beantwortung von Fragen, sowie Termine für regelmäßig stattfindende Informationsabende und Beratungsgespräche erfahren Sie telefonisch unter Tel. 06122 – 51041.

Gemeinschaftspraxis Römerstraße

Ihre Hausarztpraxis in Wiesbaden-Delkenheim

Römerstraße 2

65205 Wiesbaden Delkenheim

Telefon 0 61 22 - 5 10 41

Fax 0 61 22 - 5 25 82