
Pressemitteilung

metabolic balance ist (k)eine Diät

Gesundes Abnehmen ohne Fertiggerichte, Abspeckpillen, Pülverchen & Co.

Isen, 30.04.2013 – **Am 6. Mai 2013 ist der Anti-Diättag. Zurück zur sinnvollen, richtigen und gesunden Ernährung. Jeder Mensch verarbeitet Nahrung anders! metabolic balance legt besonderen Wert auf gute Qualität der Nahrungsmittel und deren bedachte Verarbeitung.**

Das Wort Diät, impliziert Begriffe wie Verzicht, strenge Disziplin und Geschmacklosigkeit des Essens. Oft können Diäten nur kurzfristige Hilfen sein, denn meist sind sie nicht über längere Zeit durchführbar. Abnehmwillige sind durch das Gefühl motiviert, etwas Gutes und Richtiges zu unternehmen. Häufig geht es Ihnen jedoch während der zwei bis drei Wochen einer solchen Ernährungsumstellung eher schlechter: Das Essen schmeckt weniger, sie müssen einen starken Willen aufbringen und oft entwickelt sich ein übermäßiges Hungergefühl, dem man früher oder später nachgibt. So werden die ersten Diätfehler begangen und alte Ernährungsgewohnheiten gewinnen wieder die Oberhand. Dadurch kommt es zu einem ewigen Hin- und Her-Schwingen des Jo-Jo-Pendels zwischen

- Phasen mit gutem Gewissen, aber schlechtem Befinden, und
- Phasen mit schlechtem Gewissen, aber gutem Befinden.

Was fehlt, ist eine Mitte, in der eine Phase der Ausgeglichenheit besteht. Diese Ausgewogenheit kann mit dem Ernährungssystem metabolic balance erreicht werden, hier ist Schluss mit dem ewigen Ausschlag des Jo-Jo-Pendels. metabolic balance besinnt sich zurück auf die Ursprungsbedeutung des Wortes Diät: Aus dem Griechischen kommend und ursprünglich im Sinne von „Lebensführung und

Lebensweise“ verwendet, wird das englische Wort „diet“ als „auf die Bedürfnisse einer individuellen Person abgestellte Nahrung“ verstanden. Also bietet metabolic balance eine ausgeglichene und individuelle Ernährungsweise, bei der sich die Teilnehmer in einer stabilen Mitte befinden und so den Jo-Jo-Effekt vermeiden. Fazit: metabolic balance Teilnehmer haben langfristig Phasen mit gutem Gewissen UND gutem Befinden.

Falsche Ernährung beeinträchtigt die Gesundheit und das Wohlbefinden. Sie ist häufig die Ursache von Zivilisationskrankheiten, wie Diabetes Typ 2, Herz-Gefäßerkrankungen, Bluthochdruck und Fettstoffwechselstörungen. Das ganzheitliche Ernährungskonzept metabolic balance basiert auf dem Grundsatz, dass jeder Körper in der Lage ist, die für seinen Stoffwechsel erforderlichen Enzyme und Hormone selbst herzustellen. Die dafür notwendigen Grundbaustoffe müssen ihm über die Ernährung zugeführt werden. Das setzt einen auf die individuellen Bedürfnisse des Einzelnen zugeschnittenen Ernährungsplan ebenso voraus wie die schonende Zubereitung von frischen, qualitativ hochwertigen und möglichst naturbelassenen Nahrungsmitteln. Eine gesunde Ernährung im Sinne von metabolic balance normalisiert den Insulinspiegel und sorgt für

- lang anhaltende Sättigung
- Aktivierung der Fettverbrennung
- Hemmung des Fettaufbaus
- vermehrte Produktion der Anti-Aging Hormone und

bringt den Stoffwechsel wieder in seine natürliche Balance.

Das Programm berücksichtigt die Zufuhr der hochwertigen Primärnährstoffen - also Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette – in einem an unsere Lebensweise angepassten gesunden Verhältnis, das mittlerweile auch von anderen führenden Ernährungsprogrammen empfohlen wird. Sie dienen dem

Körper als Baustoffe und Energieträger. Ebenso wichtig sind die Sekundärstoffe, d.h. Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und die sogenannten sekundären Pflanzenstoffe.

Die von metabolic balance empfohlene Kalorienmenge richtet sich nach dem Körpergewicht, so dass zwischen den Mahlzeiten kein Hungergefühl auftritt! Die Methode bietet einen vierstufigen Ernährungsplan, der anhand vielfältiger Teilnehmerdaten und eines umfangreichen Blutbildes erstellt wird, individuelle Lebensmittellisten sowie acht Grundregeln zur Ernährung. Und metabolic balance Teilnehmer werden mit dem Ernährungsplan nicht allein gelassen, sondern sicher von einem metabolic balance Betreuer durch das Programm geführt. Die Ernährungsumstellung nach metabolic balance steigert die Lebensqualität, fördert die Gesundheit und führt die Teilnehmer einfach und unkompliziert zu ihrem Wunschgewicht. Dadurch hebt sich das Ernährungs- und Stoffwechselprogramm von seinen Mitbewerbern ab und behauptet sich seit über 10 Jahren erfolgreich als eine der beliebtesten Methoden zur Gewichtsabnahme auf dem Markt.

metabolic balance® bietet mit einem individuell auf den Teilnehmer zugeschnittenen Ernährungskonzept ein Instrument für eine gesunde Lebensweise und ein Mehr an Lebensqualität. Das ärztlich, wissenschaftlich entwickelte Stoffwechselregulierungsprogramm zielt in erster Linie darauf ab, mit einer speziellen natürlichen Nahrungsmittelauswahl den Insulin- und Blutzuckerspiegel niedrig zu halten und dadurch den Stoffwechsel wieder in Balance zu bringen. Ausführliche Klientendaten, verschiedene Körpermaße und die Analyse des Blutbildes bilden die Grundlage für den individuellen Ernährungsplan von metabolic balance®. Dem Körper werden genau die Lebensmittel und Nährstoffe zugeführt, die er braucht.

Weitere Informationen unter www.metabolic-balance.com.

Abdruck honorarfrei.
Belegexemplar oder Veröffentlichungslink erbeten.

Weitere Informationen und Bildmaterial können Sie gerne anfordern bei:

Metabolic Balance GmbH & Co. KG

Marion Read

Bgm.-Hallwachs-Str.8, 84424 Isen

Tel.: 08083 9079-213

E-Mail: presse@metabolic-balance.com