

## Haben Sie schon einmal versucht abzunehmen?



Dann sind Sie in guter Gesellschaft. Die meisten Bemühungen schlagen jedoch fehl oder anfängliche Diäterfolge können nicht gehalten werden. Zu raffiniert ist scheinbar unser Organismus. Oder sagen wir lieber, er ist über viele tausend Jahre auf Überleben programmiert.

Sie essen weniger? In Ordnung, dann verbraucht Ihr Körper einfach weniger. Sie essen mehr? Dann nehmen Sie wahrscheinlich gleich zu, was Ihnen die Waage unbarmherzig beweist.

Es gibt nur einen Ausweg! Sie müssen in einen regelmässigen Fettstoffwechsel gelangen. Das bedeutet, Ihr Körper holt sich seine tägliche Energie überwiegend aus dem Körperfett und weniger aus den Kohlenhydraten der Nahrung. Nur dann verlieren Sie auf natürliche Weise Körpergewicht und fühlen sich vital.

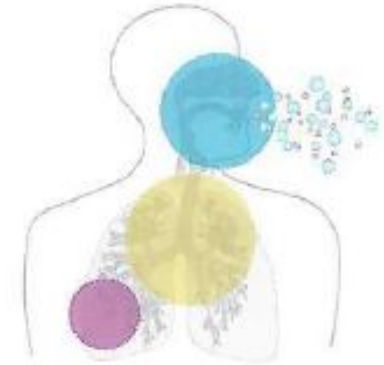
## Was ist Stoffwechsel?



In unseren Zellen werden Nährstoffe und Sauerstoff in Lebensenergie umgewandelt, was als Stoffwechsel bezeichnet wird.

Dafür kennt der menschliche Organismus eigentlich nur zwei Brennstoffquellen: Zucker und Fett. Beim Umwandlungsprozess entstehen Reststoffe, die unter anderem über die Atmung ausgeschieden werden.

## Ablauf einer Stoffwechsellmessung



Die Messung ist völlig unkompliziert. Sie atmen über ein spezielles Mundstück ca. fünf Minuten lang aus und ein. Ein Messgerät misst Ihre Atemluft und gibt die Daten an eine dafür entwickelte Software weiter. Unmittelbar nach der Messung erhalten Sie eine grafische Auswertung Ihres Stoffwechsels. Ihr Berater wird Ihnen die Ergebnisse im Anschluss genauer erläutern und (sofern Sie dies wünschen) gemeinsam mit Ihnen ein individuelles Konzept zur Verbesserung Ihrer Stoffwechsellistung erarbeiten.

### **Sie erhalten Auskunft über folgende Werte:**

- Abnehmblockaden
- Kalorienruheumsatz
- Kalorien- / Energiebedarf
- Effektivität Ihres Stoffwechsels
- Anteilige Zucker- / Fettverbrennung
- Sauerstoffaufnahme-fähigkeit der Zellen

## Stoffwechsellmessung In Ruhe

Um erfolgreich abnehmen zu können, muss man wissen, ob der individuelle Stoffwechsel Kalorien über Zucker oder über Fettdepots verbrennt, wo der persönliche Ruheumsatz liegt und wieviel Sauerstoff aus der Atemluft bis in die Zellen gelangt. Nur wenn man sich im sogenannten Fettstoffwechsel befindet, kann man effektiv Körperfett abbauen.

Dies kann über die Atemluft gemessen werden, da Verbrennungsrückstände abgeatmet werden. So erhalten Sie aufgrund der Messung neben Empfehlungen zum besseren Fettstoffwechsel auch Aussagen zum Gesundheitsstatus (Zuckererkrankungen, hormonelle Störungen, Müdigkeit und Antriebslosigkeit, Seh- und Hörprobleme).

Fazit: Je besser der Stoffwechsel eingestellt ist, desto mehr Fett wird verbrannt. Denn der Stoffwechsel holt sich im Idealfall den grössten Teil der täglichen Energie aus dem Körperfett, weniger aus der Nahrung. Folge: Der Körper verliert auf natürliche Weise an Gewicht.

Programmieren Sie Ihren Stoffwechsel schon heute auf Fettverbrennung und geniessen Sie das Leben mit einem optimierten Stoffwechsel!

## Starten Sie jetzt!

Starten Sie jetzt und vereinbaren Sie Ihren Termin für eine Messung. Der Start ist ganz einfach. Nehmen Sie sich ca. 30 Minuten Zeit. Da die Messung in Ruhe stattfindet, benötigen Sie auch keine Sportbekleidung. Je nach Messergebnis empfehlen wir Ihnen Ihr individuelles Programm zur optimalen Ernährung.

### Wichtige Hinweise

#### Für optimal verwertbare Messergebnisse:

#### Vor der Stoffwechsellmessung

Legen Sie am Tag vor der Messung eine Trainingspause ein oder belasten Sie sich körperlich nur wenig.

#### Am Tag der Stoffwechsellmessung

Kommen Sie ausgeruht zur Messung. Verzichten Sie in den letzten zwei bis drei Stunden vor der Messung auf Nahrung, Getränke (ausser Wasser) und Nikotin.

#### Wir begleiten Sie gerne,

**Bis Sie Ihr persönliches Ziel erreicht haben.**

**APOTHEKE DR. STOFFEL**  
AlbuVille, Klaus-Gebertstrasse 2  
8640 RAPPERSWIL  
[www.apotheke-drstoffel.ch](http://www.apotheke-drstoffel.ch)  
911141 R.6017.17

## Stoffwechsellmessung

### Natürlich abnehmen durch optimierte Stoffwechselleistung



Durch einen Metabolic Test  
messen wir über Ihre Atemluft  
Ihr persönliches Stoffwechselprofil