

Ist Ihr Stoffwechsel müde?

Leiden Sie an ...



Blähungen



Müdigkeit



Übergewicht

In unseren Zellen werden jede Sekunde unseres Lebens Nährstoffe und Sauerstoff in Lebensenergie umgewandelt, was als Stoffwechsel bezeichnet wird. Ein nicht optimal arbeitender Stoffwechsel kann die Ursache für Müdigkeit, Blähungen und Übergewicht sein.

Wir können Energie aus der Nahrung oder aus bereits gespeichertem Körperfett erzeugen. Bei diesem Umwandlungsprozess entstehen Reststoffe, die unter anderem über die Atmung ausgeschieden werden. Diese Atemluft wird gemessen und ermöglicht eine aufklärende Diagnostik des Stoffwechsels.

Mit der Analyse Ihrer Atemluft zeigen wir Ihnen auf, ob bzw. wo Ihr Stoffwechsel aus dem Gleichgewicht geraten ist. Diese erste Messung ist eine Standortbestimmung. Weiterführende Begleitung (wie z.B. Ernährungsberatung, Coaching,..) bieten wir in Winterthur an: www.stoffwechselzentrum-ostschweiz.ch (Winterthur).

Über die **Kurzanalyse** erfahren Sie

- **Arbeitet mein Stoffwechsel im Gleichgewicht?**
- **Wie effektiv ist meine Fettverbrennung?**
- **Warum fühle ich mich nicht fit und vital?**
- **Gibt es gesundheitliche Probleme?**

Zudem machen wir eine Körperfettmessung und verschaffen uns einen Überblick über Ihre Ernährungsgewohnheiten.

Der Stoffwechsel kann sich durch die richtige Ernährung positiv und dauerhaft verändern.

Nehmen Sie sich 30 Minuten Zeit für Ihre Gesundheit und lassen Sie sich Ihr Geschenk nicht entgehen.

Anmeldung: Gerne reservieren wir Ihnen am 4. Juli ein Zeitfenster für Ihre persönliche Stoffwechselmessung oder unter info@beblesseplus.ch / 056 222 36 10. Die Anmeldung ist verbindlich, Absagen kürzer als 48h vor dem Termin werden verrechnet, falls die Zeit nicht weiter besetzt werden kann.

Vorbereitung: Vor der Messung sollten Sie 2 Stunden nichts gegessen haben und nur Wasser getrunken haben. Auch Sport am Messtag ist nicht zu empfehlen. Es ist keine Sportbekleidung nötig, die Messung wird im Ruhezustand durchgeführt und kostet 49.-.

Weitere Fragen zur Messung: brigitta.guillet@stoffwechselzentrum-ostschweiz.ch, 052 761 19 03