

---

## Pressemitteilung

---

### Das Ernährungskonzept metabolic balance rät: Essen, was Sinn macht!

**Isen, 19.02.2013** *Am 7.03.2013 ist Tag der gesunden Ernährung. Essen nimmt erheblichen Einfluss auf Körper, Geist und Seele. Das Thema Ernährung und Essverhalten wird bei metabolic balance nicht nur als Nährstoff- und Energieaufnahme betrachtet. Der Anspruch auf sinnvolles und genussreiches Essen wirkt laut dem Unternehmen auf drei Ebenen: So steht der Nutzen der individuellen Lebensmittellisten für jeden metabolic balance-Teilnehmer an erster Stelle. In einer zweiten Ebene werden die vorhandenen Sinne für Lebensmittel, deren Geschmack und Körperempfindungen geschärft und wieder wahrgenommen. In einer weiteren, dritten Ebene tritt durch die umfassende Stoffwechselumstellung und geänderte Ernährungsweise eine weitere wichtige Veränderung ein, erfolgreiche Teilnehmer erwerben neue Lebensfreude und geänderten Lebenssinn.*

Sinnvolles Essen ist von individuellem Nutzen. metabolic balance-Teilnehmer essen nur diejenigen Lebensmittel, die individuell auf sie abgestimmt sind, die ganz besonders sinnvoll und nützlich für sie sind, also zu ihren individuellen Notwendigkeiten passen und den Stoffwechsel im Gleichgewicht halten. Durch langjährige falsche Ernährung entsteht ein Ungleichgewicht im Stoffwechsel, der durch metabolic balance wieder ins Lot gerät. Das Programm erstellt einen individuellen Ernährungsplan, der sich an den Klientendaten und an einem umfangreichen Blutbild orientiert. Diese Daten geben Aufschluss darüber, welche Nährstoffe dem Körper fehlen, wovon er zu wenig oder zu viel hat. Der Ernährungsplan schlägt den Teilnehmern eine Auswahl der Lebensmittel vor, die vorhandene Versorgungsdefizite ausgleichen können.

Sinnvolles Essen schärft die Sinne. metabolic balance-Teilnehmer kommen durch die Regulierung des Stoffwechsels wieder in besseren Kontakt mit ihren Sinnen. Sie spüren spätestens nach drei bis vier Wochen voller Freude, dass sich ihre Geruchs- und Geschmackswahrnehmungen deutlich verfeinert haben. Zusätzlich bemerken sie wieder Empfindungen hinsichtlich Hunger und Sättigung – Gefühle, die ein stark übergewichtiger Mensch verloren hat!

Sinnvolles Essen gibt dem Leben neuen Sinn. metabolic balance-Teilnehmer finden in ihrem gesunden Körper für ihr Leben wieder neuen Sinn. Sie stellen nicht nur ihre Ernährungsweise um – sie haben vielfach ihre gesamte Lebensweise verändert! Nun achten sie verstärkt auf sich und ihre wirklichen Bedürfnisse, fühlen sich wohl, aktiv und fit. Sie fangen an, vermehrt Sport zu treiben, fragen nach Angeboten zu autogenem Training oder Yoga. Außerdem lernen sie Gutes von Schlechtem zu unterscheiden und auch Nein sagen zu Dingen, die ihnen nicht gut tun. Und das betrifft nicht nur die Ernährung. Diese Fähigkeiten prägen das gesamte Leben, machen stark und frei – und geben dem Leben einen ganz neuen Sinn!

„Idealerweise sagt uns unser Appetit; welche Stoffe und Lebensmittel der Körper gerade benötigt. Wir brauchen dazu keine Nahrungsergänzungsmittel, sondern hochwertige Nährstoffe und zwar in ausreichender Menge. Durch unsere veränderten „zivilisierten“ Essgewohnheiten haben wir aber vielfach verlernt, die Signale unseres Körpers wahrzunehmen. Um diesen körpereigenen Signalen wieder schrittweise folgen zu können, müssen wir umlernen, unseren Lebensstil und unsere Essgewohnheiten deutlich verändern“, so der langjährige Internist und Ernährungsmediziner Dr. med. Wolf Funfack aus Isen, der Begründer der Methode metabolic balance.

**Hintergrundinformationen zu metabolic balance® und Dr. med. Wolf Funfack:**

Dr. med. Wolf Funfack ist Internist und Ernährungsmediziner. Seine persönlichen Erfahrungen und das tägliche Problem mit dem Übergewicht vieler Patienten in seiner Praxis veranlassten ihn, nach effektiven Lösungen im Bereich Diät und gesunder Ernährung zu suchen. Zusammen mit Sylvia Bürkle (Diplom-Ingenieurin für Ernährungstechnik) entwickelte er 2001 auf der Grundlage seiner 20-jährigen Erfahrung als Ernährungsspezialist das metabolic-balance®-Stoffwechselprogramm.

*metabolic balance*® bietet mit einem individuell auf den Teilnehmer zugeschnittenen Ernährungskonzept ein Instrument für eine gesunde Lebensweise. Das Stoffwechselregulierungs- und Ernährungsprogramm 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. Die ausführlichen 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](http://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](mailto:presse@metabolic-balance.com)