

Einladung zum Qualitätszirkel

HAUPTSACHE, WIR HABEN UNSER FETT WEG?!



Timm Quellmelz

Dozent

Gründer von "Nährstoff-Navi"



Dörte Schreinert

Moderation

Expertenaußendienst NORSAN

INHALTE DES QUALITÄTSZIRKELS

Oft werden die Begriffe **Fettabbau** und **Fettverbrennung** deckungsgleich verwendet. Es gibt aber entscheidende Unterschiede zwischen den beiden Vorgängen! Im Kurzworkshop „Hauptsache, wir haben unser Fett weg?!“ zeigt der Ernährungsberater Timm Quellmelz am Beispiel der **Neurotransmitteranalyse**, dass das Verständnis dieser beiden fachlich unterschiedlichen Begriffe einen maßgeblichen Erfolg auf einen gesunden und schlanken Körper haben kann.

Wie wäre es, mit Hilfe eines einfachen Fragebogens die Dominanz der **neuronalen Schlüsselbotenstoffe** aufzudecken um daraus auf einfache Weise eine **optimale Ernährungs- und Trainingsform** in die Praxis umsetzen zu können?

Dieser biologische Rückenwind aktiviert den Stoffwechsel, holt ihn aus dem Winterschlaf, sodass z.B. die Haut durch zusätzliche Muskulatur gestrafft wird und gleichzeitig der angesetzte Winterspeck abschmelzen kann, ohne im Fitnessstudio oder in der Küche gegen Windmühlen ankämpfen zu müssen! Hierbei spielt natürlich nicht nur die je nach Neurotransmittertyp zielführende **Ernährungs- und Trainingsstrategie** eine wichtige Rolle, sondern auch die korrekt dosierte **Komposition an Nährstoffen**. So können wir das Piano des menschlichen Stoffwechsels auch auf allen Oktaven spielen; für eine optimale Gesunderhaltung, ein angemessenes Training und ein ideales Gewicht.

Das erwartet Sie:

- ✓ Spannender Präsenzvortrag in Ihrer Nähe
- ✓ Entspannte Atmosphäre in kleinem Kreis
- ✓ Direkter Austausch mit dem Dozenten möglich



Freitag, 03. März 2023



von 16:00 bis 18:00 Uhr



**Nährstoff-Navi
Goldfinkstraße 13
45134 Essen**

Jetzt kostenfrei anmelden

Per Mail oder Telefon:

✉ event@norsan.de

☎ **+49 30 555 788 99 63**