

(Mobile ebook) Was den Einen nährt, macht den Anderen krank: Eine individuelle Ernährung, die glücklich und zufrieden macht: Fnf Elemente fr den Stoffwechseltyp

Was den Einen nährt, macht den Anderen krank: Eine individuelle Ernährung, die glücklich und zufrieden macht: Fnf Elemente fr den Stoffwechseltyp

Von Karin Stalzer, Christina Szalai
DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrank: #382283 in BcherVerffentlicht am: 2007-09Anzahl der Produkte:
1Abmessungen: 8.54 x 1.02b x 5.39l, Einband: Broschiert320 Seiten | File size: 49.Mb

Von Karin Stalzer, Christina Szalai : Was den Einen nährt, macht den Anderen krank: Eine individuelle Ernährung, die glücklich und zufrieden macht: Fnf Elemente fr den Stoffwechseltyp before purchasing it in order

to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Was den Einen nhr, macht den Anderen krank: Eine individuelle Ernhrung, die glcklich und zufrieden macht: Fnf Elemente fr den Stoffwechselfyp:

KurzbeschreibungIn diesem Buch wird die Chinesische Ernhrungslehre erstmals um eine besonders fr den westlichen Menschen wichtige Komponente erweitert: den individuellen Stoffwechselfyp. Er ist Indikator dafr, welche Nahrungsmittel und Nahrungskombinationen wir vertragen und erst wenn wir ihn definiert haben, macht es Sinn, die Prinzipien der Fnf-Elemente-Lehre anzuwenden. Dieser innovative Ernhrungsratgeber stellt zunchst anhand fnf fiktiver Figuren, die uns durch das gesamte Buch begleiten, die Lehre der Fnf Stoffwechselfypen vor. Im Anschluss knnen wir in einem umfassenden Praxisteil unseren individuellen Stoffwechselfyp herausfinden. Im dritten Teil erfahren wir, wie das Wissen um unseren Stoffwechselfyp sich optimal mit der Chinesischen Ernhrungslehre verbinden lsst. Dr. Karin Stalzer und Christina Szalai verraten Tipps und Techniken fr eine Ernhrung nach Ma, die uns fit, ausgeglichen und vor allem gesund hlt. Der Clou: 182 schmackhafte Rezepte auf Basis der Chinesischen Ernhrungslehre, die auch fr Ungebeite leicht nachzukochen sind. Ein ungewhnliches und mitreidend geschriebenes Ernhrungsbuch, das gleichermaen Lust aufs Lesen wie auf lukullische Gensse macht!ber den Autor und weitere MitwirkendeDr. jur. Karin Stalzer, Jahrgang 1959, war als Juristin dreizehn Jahre in der freien Wirtschaft ttig, ehe sie ihrer Lebensvision folgte und sich zur Ernhrungsberaterin nach den fnf Elementen gem der Traditionellen Chinesischen Medizin ausbilden lie. Sie praktiziert in Wien und ist Grndungsmitglied der Gesellschaft fr Ernhrung nach den fnf Elementen G5. Christina Szalai, geb. 1962 in Berlin, Ausbildung zur Ernhrungsberaterin nach der Wiener Schule fr Traditionelle Chinesische Medizin. Grndungs- und Vorstandsmitglied der Gesellschaft fr Ernhrung nach den Fnf Elementen in Wien. Seit 2001 fhrt sie in Wien eine eigene Praxis als Ernhrungsberaterin mit umfangreichem Seminarprogramm zu den Schwerpunktthemen TCM und Metabolic Balance.