

**A**

WIE KÖNNEN WIR DEINEN ABNEHMERFOLG SCHON IM VORHINEIN VORAUSSAGEN?

Erfahre alles über den
Unterschied zu herkömmlichen
Diäten

WAS FÜR PERSON A GUT IST MUSS NICHT FÜR PERSON B GUT SEIN

Warum nicht jede Diät bei
jedem funktioniert

WARUM DIÄTEN NICHT FUNKTIONIEREN

Zwang ist kein Gutes Mittel der
Wahl, um ein Ergebnis zu
erzielen

WIE FUNKTIONIERT DAS ABNEHMPRINZIP?

Ein Trick der Natur, auf den Du
zurückgreifen kannst

DAS ABNEHM PRINZIP

DAS DETALLIERTE ERGEBNIS DEINES ABNEHMTESTS



SCHNELLABNEHMEN
DEUTSCHLAND



INHALT

03

**WIE KÖNNEN WIR
DEINEN
ABNEHMERFOLG
SCHON IM VORHINEIN
VORAUSSAGEN?**

03

**WAS FÜR PERSON A GUT
IST MUSS NICHT FÜR
PERSON B GUT SEIN**

04

**WARUM DIÄTEN NICHT
FUNKTIONIEREN**

05

**WIE FUNKTIONIERT DAS
ABNEHMPRINZIP?**

06

**WIE DU IN 3 WOCHEN 5-
10 KG ABNIMMST**

06

**ES GIBT
UNTERSCHIEDE**

07

**IST DAS GESUND SO
SCHNELL
ABZUNEHMEN?**

08

**AN WELCHEN STELLEN
BAUT DER KÖRPER AM
MEISTEN FETT AB?**

09

WAS IST MIT SPORT?



WAS FÜR PERSON A GUT IST MUSS NICHT FÜR PERSON B GUT SEIN

Bei herkömmlichen Diäten spielen viele Faktoren mit hinein und jeder Stoffwechsel funktioniert anders, deswegen kann man als guter Ernährungsberater zwar ausrechnen, wie viele Kalorien eingespart oder durch Bewegung verbrannt werden müssten, aber die Erfolge schwanken von Person sehr stark.

So kann Diät A bei der einen Person funktionieren und bei Person B passiert nur schleppend etwas oder sogar gar nichts.

WIE KÖNNEN WIR DEINEN ABNEHMERFOLG SCHON IM VORHINEIN VORAUSSAGEN?

Der Unterschied zu Diäten ist der, dass DAS ABNEHMPRINZIP sich einem naturgegebenen Reflex bedient.

Reflexe funktionieren bei allen Menschen gleich! Man muss sich das vorstellen wie der Kniesehenreflex, wo der Arzt mit einem kleinen Hämmerchen ein Stück unterhalb der Kniescheibe rauf klopft und das Bein wie von selbst reagiert. Das funktioniert bei allen Menschen gleich. Liegt also keine Störung im zentralen Nervensystem vor, kann man mit 99,9 % Wahrscheinlichkeit vorhersagen, was passiert.

Zudem haben wir mittlerweile weltweit einen riesigen Kundenstamm, der unsere Ergebnisse bestätigt.





WARUM DIÄTEN NICHT FUNKTIONIEREN

Eine Diät ist immer eine Form von Mangelerscheinung. Denn entweder man reduziert Kalorien, man verbrennt mehr Kalorien durch Sport oder man ändert seine Nahrungsgewohnheiten.

Und genau das ist der Punkt: Unser Körper ist ein Gewohnheitstier. Sobald sich etwas ändert, regiert der Körper reflexartig mit Sabotage.

Er fährt einfach seinen Stoffwechsel herunter und sorgt damit dafür, dass er mit weniger Kalorien haushalten kann.

Die Folge:
Man nimmt nicht mehr ab.

Davon die Folge: Man isst wieder wie vorher.

Schlussfolgerung: Mit niedrigem Stoffwechsel wieder normal zu essen bedeutet man nimmt wieder zu und zwar mehr, als man vorher gewogen hat:

DER JO-JO-EFFEKT.



WIE FUNKTIONIERT DAS ABNEHMPRINZIP?

Die Natur hat für alle Notsituationen verschiedene Reaktionen des Körpers eingeplant. So konnte unsere Spezies auch in schwierigen Lebenssituationen, wie Eiszeiten oder Nahrungsknappheiten überstehen. Für die Natur ist dabei das Überleben des Nachwuchses die höchste Priorität.

Stell dir einmal folgendes Szenario

VOR:

Eine Schwangere Frau in Urzeiten geriet zum Beispiel in einer Dürreperiode in Hungersnot. Was muss ihr Körper tun, um zu gewährleisten, dass sie ihren Nachwuchs trotzdem gesund austragen kann?

Sinnvoll wäre es doch, wenn der Körper alle übriggebliebenen Notreserven (Fettspeicher) nutzen könnte, um das noch Ungeborene trotz des Nahrungsmangels mit Energie zu versorgen.

Und genau das passiert auch. Der weibliche Körper nutzt also dieses Notfallprogramm im Gehirn, um den eigenen Stoffwechsel so umzugestalten, dass er bis zu 3000 kcal (ca. 500 g Körperfett) pro Tag abbauen kann und für die Energieversorgung des Fötus nutzen kann.

"Wie du siehst hat das nichts mit einer Diät zu tun, da es hier um ganz andere Mechanismen im Körper geht."



WIE DU IN 3 WOCHEN 5-10 KG ABNIMMST

Das Spannende ist, dass man dieses Notfallprogramm auch auslösen kann, ohne, dass man schwanger ist. Ohne, dass es einen Notfall (Hungersnot, Eiszeit etc.) gibt. Ja sogar ohne, dass man eine Frau ist!

Was bedeutet das für Dich?

Mit dem ABNEHMPRINZIP löst du einen ganz natürlichen Prozess in deinem Körper aus, den es schon seit Millionen von Jahren gibt. Dein Körper steigert seinen Stoffwechsel auf ein noch nie da gewesenes Level und verbrennt am Tag bis zu einem halben Kilo reinem Körperfett. Das funktioniert ca. für 3 Wochen.

Aber rechne doch selbst nach: Wenn man in 3 Wochen pro Tag ein halbes Kilo verliert, sind das ca. 10 Kilo



ES GIBT UNTERSCHIEDE

Da Männer generell aufgrund einer höheren Muskelmasse einen besseren Stoffwechsel haben, nehmen sie im Schnitt 10-12 % ihres Körpergewichtes ab. In 3 WOCHEN!!!

Bei Frauen liegt der durchschnittliche Abnehmerfolg bei 8-10% des eigenen Körpergewichts

Ein Beispiel:
Mann 87 kg => Abnehmerfolg in 3 Wochen 10-12 %
=> 8-9 kg Gewichtsverlust.
Endergebnis nach lediglich 3 Wochen ca. 79-80 kg

Frau 66 kg => Abnehmerfolg in 3 Wochen 8-10 %
=> 5-6 kg Gewichtsverlust.
Endergebnis nach lediglich 3 Wochen ca. 60-61 kg.





IST DAS GESUND SO SCHNELL ABZUNEHMEN?

Das ABNEHMPRINZIP löst nur einen natürlichen Reflex aus. Dein Körper macht den Rest vollkommen freiwillig und vor allem selbständig. Der Körper wird also zu nichts gezwungen.

Es werden auch lediglich die überschüssigen Fettreserven abgebaut. Nicht mehr und nicht weniger.

Wenn eine Person mit 50 kg und einem sehr geringen Körperfettanteil mit unserem Abnehmprinzip abnehmen möchte, geht der Körper nur so weit, wie er es für notwendig hält.

Das Ergebnis kann dann bedeuten, dass nur 2 oder 3 kg Körperfett überschüssig waren. Lass also deinen Körper selbst entscheiden, wie viel Gewichtsverlust er für gesund erachtet.

Lass also deinen Körper selbst entscheiden, wie viel Gewichtsverlust er für gesund erachtet.

AN WELCHEN STELLEN BAUT DER KÖRPER AM MEISTEN FETT AB?

Die Frage ist leicht zu beantworten.

Wo würde es für eine schwangere Frau Sinn machen Fett zu verlieren?

An der Brust jedenfalls nicht, denn diese wird nach der Geburt für das stillen benötigt. Es wird da Fett abgebaut, wo es überflüssig ist.

- am Bauch
- an den Hüften
- am Po
- an den Oberschenkel
- an den Rückseiten der Arme

Diese Stellen werden auch Problemzonen genannt.

Bei Männern sind diese insbesondere am Bauch und an der Hüfte.

Also genau da, wo man es auch selbst als überflüssig oder überschüssig erachtet.





WAS IST MIT SPORT?

Mach Dich frei von alten Denkmustern. Herkömmliche Diäten zwingen deinen Körper durch Kalorieneinsparen oder durch erhöhtes Kalorienverbrennen (Sport) dazu, dass der Organismus reagieren muss.

DAS ABNEHMPRINZIP hingegen führt dazu, dass alles freiwillig passiert. Der Stoffwechsel erhöht sich von selbst und verbrennt mehr Kalorien, als du mit Sport je verbrennen könntest

Ein Beispiel:

Eine Stunde Joggen verbrennt- wenn man zügig unterwegs ist- ca. 400- 500 kcal.

Wenn du also 3 Wochen lang jeden Tag eine Stunde joggst, hast du am Ende der 3 Wochen ca. 8.400 kcal – 10.500 kcal verbrannt. Ein Kilo Körperfett entsprechen ca. 7000 kcal.

Während des Abnehmprinzips verbrennt dein Körper ohne zu tun 3000 kcal Fett am Tag!
Also rund 63.000 kcal

Selbstverständlich ist das kein Plädoyer gegen Sport.

Wenn Du gerne Sport machst, kannst du natürlich weiterhin aktiv bleiben.

Damit erhöhst du sogar deinen Abnehmerfolg. Aber es ist halt nicht notwendig. Sport formt und härtet deinen Körper. Es sorgt dafür, dass du mehr Leistungsfähigkeit und Energie im Alltag hast. Für eine sportliche Figur braucht man nun mal Sport. Aber um zunächst einmal die überschüssigen Fettreserven zu verbrennen und abzunehmen, kannst du auf unser Abnehmprinzip zurückgreifen.

Sicher Dir jetzt das Hörbuch zum ABNEHMPRINZIP für nur 7,-



"Wenn Dich das überzeugt hat, dann ist es jetzt nur noch ein kleiner Schritt um tatsächlich abzunehmen!"

Erfahre, wie du den Abnehmreflex bei dir auslösen kannst und wie leicht es ist abzunehmen, wenn dein Körper es freiwillig macht.

Im ABNEHMPRINZIP erhältst Du eine SCHRITT-FÜR-SCHRITT-ANLEITUNG, die es kinderleicht macht und die es auch dir ermöglicht innerhalb von nur 3 Wochen 5-10kg abzunehmen.

**HIER KLICKEN UM DAS
ANGEBOT ANZUSCHAUEN**