



## Mit **DNA-basiertem** Gewichtsmanagement zu Ihrem Wunschgewicht.

Ab- oder Zunehmen klingt einfach, doch jeder Körper reagiert unterschiedlich auf Essen und Trainingsprogramme. Diese Unterschiede liegen oft in unseren Genen. Manche Menschen nehmen schnell ab, wenn sie die Kohlenhydrate reduzieren, während andere weniger Fett zu sich nehmen sollten. Auch die sportliche Betätigung zeigt bei jedem unterschiedliche Erfolge. Die „Shape“-Analyse hilft Ihnen, die spezifischen Bedürfnisse Ihres Körpers zu verstehen und Ihr Gewichtsmanagement optimal darauf abzustimmen.

### **Analyse und Bewertung von über 900 Lebensmitteln und 8 Genen.**

Unsere Analyse deckt 8 spezifische Gene ab, die eine entscheidende Rolle bei der Verwertung von Nährstoffen und der Effizienz Ihrer Diät spielen. Dieser umfassende Überblick hilft Ihnen zu verstehen, wie Ihr Körper auf verschiedene Nahrungsmittel reagiert und wie Sie ihre Ernährungsumstellung optimal gestalten können.

Die „Shape“ DNA-Analyse bewertet den Einfluss Ihrer Gene auf verschiedene Stoffwechselprobleme wie z. B. Fettverwertung, Kohlenhydratsensitivität und die Tendenz zu „JoJo-Effekten“. Mit diesen Erkenntnissen können Sie gezielte Maßnahmen ergreifen,



um Ihr Wohlbefinden zu verbessern und Stoffwechselproblemen entgegenzuwirken.

Erfahren Sie, welche Lebensmittel besonders gut für Sie geeignet sind und welche Sie besser meiden sollten. Sie erhalten eine Liste mit über 900 verschiedenen Lebensmitteln, die basierend auf Ihrem genetischen Profil bewertet werden. Dies hilft Ihnen, Ihre Ernährung gezielt anzupassen und die besten Nahrungsmittel für Ihre Gesundheit und Ihr Gewichtsziel auszuwählen.

### **Individueller Trainingsplan**

Ihre Gene beeinflussen auch, wie effizient Ihr Körper Kalorien durch verschiedene Sportarten verbrennt. Basierend auf Ihrer DNA-Analyse erstellen wir einen Trainingsplan, der genau auf Ihre genetischen Voraussetzungen abgestimmt ist. So können Sie sicherstellen, dass Sie die effektivsten Übungen für Ihren Körper machen und Ihre Abnehmerfolge maximieren.

### **FRAGEN DIE DURCH DEN TEST U.A. GEKLÄRT WERDEN:**

- ▶ Wirken Kohlenhydrate stark auf mein Gewicht?
- ▶ Ist bei mir Kalorienreduzieren oder Sporttreiben effektiver?
- ▶ Welche Lebensmittel sind für mein Wunschgewicht ideal?
- ▶ Habe ich den JoJo-Effekt beim Abnehmen zu befürchten?
- ▶ Brauche ich die Snacks, die ich so gerne esse, wirklich?



## Personalisierte Medizin: die Zukunft der **Gesundheitsvorsorge**.

► **Präventive Gesundheitsmaßnahmen:** Nutzen Sie genetische Informationen, um vorbeugende Maßnahmen für Ihre Vitalität zu ergreifen.

► **Langfristige Gesundheitsplanung:** Mit den Ergebnissen können Sie eine nachhaltige Strategie für Ihre Gesundheit und Fitness entwickeln.

► **Einmaliger Test:** Ihre DNA bleibt das ganze Leben identisch.

► **Personalisiertes Ergebnis:** Ihr persönliche, eigene DNA wird ausgewertet. Die Bauanleitung Ihres Körpers wird gelesen.

► **Ausführliches individuelles Ergebnis:** Sie erhalten einen fundierten Bericht mit über 180 Seiten

► **Einfache Anwendung:** Der Test ist unkompliziert durchzuführen und erfordert lediglich eine Speichelprobe, die Sie bequem bei uns in der Apotheke entnehmen können.

► **Persönliche Beratung:** Wir bieten in der Apotheke eine ausführliche Beratung zu den Testergebnissen, sodass Sie individuelle Strategien entwickeln können.

► **Langfristige Kostenersparnis:** Durch präventive Maßnahmen und gezielte Gesundheitsstrategien können langfristig gesundheitliche Probleme und Kosten für Behandlungen vermieden werden.

► **Qualität der Daten & Datenschutz:** Die Verwendung von wissenschaftlich fundierten Methoden und Daten gibt Ihnen Sicherheit in Bezug auf die Zuverlässigkeit der Informationen. Auch sicherer Datenschutz ist in unserem Partnerlabor garantiert.

► **Kombination von Tests:** Es gibt die Möglichkeit, mehrere DNA-Tests zu kombinieren, um ein umfassenderes Bild Ihrer Gesundheit zu erhalten.



### Shape – Nutrition – Reaction: 3 kombinierbare DNA-Analysen.

Neben dem Gewichtsmanagement gibt es Analysen zur Verträglichkeit arzneilicher Wirkstoffe und für Ihr Ernährungs- und Nährstoffmanagement.

Unser fachkundiges Team berät Sie individuell zu den idealen DNA-Tests für Ihre Gesundheitsziele und den Kosten.

*Machen Sie mit uns Ihren ersten Schritt in die Zukunft der Gesundheitsvorsorge.*



Mit diesem QR-Code können Sie Ihre Termine für eine kostenlose Erstberatung, Ihren DNA-Test und die Besprechung der Ergebnisse direkt buchen. Unser Service-Portal finden Sie unter:

<https://Service.HonbergApotheken.de>