

**Ärztliche Empfehlung zur unspezifischen Einnahme vom
Nahrungsergänzungsmitteln ohne vorherige Messung**
von Prof. Dr. med. János Winkler
für Kinder von 3 - 12 Jahren

Substanz & Thema	Menge & Info	empf. Produkt	früh	mittag	abend	Bezug über:
Wasser 40 ml pro Kilogramm Körpergewicht	Bsp: 40 x 14 kg = mind. 560 ml / Tag	Wasser & Tee, alles ungesüßt!	z.B. 190 ml	z.B. 190 ml	z.B. 190 ml	
EIWEISS 2 Gramm reines Eiweiß pro Kilogramm Körpergewicht / Tag	z.B. 30 Gramm pro Tag bei 15 kg Körpergewicht pers. Ziel: ... g	z.B. mit Protein-Pulver mit biologischem Wert (oder „chemical score“) von mindestens 130!	z.B. ein Shake 150 ml = 10g		z.B. ein Shake 150 ml = 10g	*** s.u.
OMEGA 3 2-3 Gramm Öl / Tag	Makrele, Hering, Lachs, Leinöl, Chiasamen, Wild	Omega 3 vegan DHA & EPA 450 (90)	1	-	1	Bio
OMEGA 3 2-3 Gramm Öl / Tag	oder	Marines Omega-3 liquid	1	-	1	Bio
MULTIVITAMIN		Multispektrum 24/7 Aktiv Saft	1	-	1	Bio
oder MULTIVITAMIN	all inkl.	Vitamineral 32	½ Sachet	-	½ Sachet	Strunz
oder MULTIVITAMIN	Öffnen und Inhalt in Brei zum Beispiel Apfelmus einrühren	Junior Multi Bo13 NutriGelllets	1	-	-	Bio
VITAMIN D		Vitamin D + K2	1 Trpf. je 200 IE	-		Sun
Vitamin C	Pro 20 kg Körpergewicht je 1 Gramm / Tag	Vitamin C + Zink liposomal	1 Tee-löffel	-	-	Bio
BALLASTSTOFFE	2 g / Tag	Junior Omni Lactis 6	2 g	-	-	Bio
DARMBAKTERIEN	Bifido- & Laktobakterien	frisches Sauerkraut, Kefir, Buttermilch o.ä.		-		selbst
EISEN	liposomale Form	Eisen Liposomal	1 Tee-löffel	-	1 Tee-löffel	SUN
MAGNESIUM	„Das Salz der inneren Ruhe“	Power Magnesium 150-300 mg/ Tag	⅓		⅔	Strunz

ACHTUNG! WICHTIG: SPEZIFISCHE EMPFEHLUNGEN NUR MÖGLICH NACH VORHERIGER BODYCELL-ANALYSE VON FUNDAMED!

ANDERE, HIER NICHT AUFGEFÜHRTE UND ZUVOR ABER EINGENOMMENE MEDIKAMENTE:

>>>>>>>>>>> GENAU SO WEITER EINNEHMEN! <<<<<<<<<<<<<<<

Erklärung: blaue Buchstaben = d.h. ein Link zur Webseite des Dienstleisters ist hinterlegt.
Einfach drauf klicken + so kommt man automatisch zur Bestellseite + dort dann bestellen

Rin=www.ringana.com, Bio=www.biogena.at, Apo=Apotheke); SUN= sunday.de

*** **Eiweiss:** strunz.com (Dr. Strunz) o. biogena.at (vegetarisch) o. greenforce-drink.com (vegan) o. myprotein.com o. huel.com (klass. Mahlzeitenersatz, vegan) o. foodspring.de o. smnut.com (vegan) o. neprosport.de (Rabatt 20% Code: „FUNDAMED“) o. sunday.de

E I N N A H M E (F A S T) A L L E R N E M ´ S : M I T T E N I N D E R M A H L Z E I T !

„NUR VERÄNDERTES VERHALTEN BRINGT VERÄNDERTE ERGEBNISSE!“

Prof. Winkler

FUNDAMED-Service:

Persönliche Beratung und Unterstützung bei der **Bestellung von Mikronährstoffen:**
kostenlose telefonische Beratung unter **08654 77 400 0** und durch Drücken der Taste 2
geht's direkt zur Beratung der **Firma BIOGENA**

Direkte Bestellung per email unter: bestellung@biogena.com

Wichtiger Hinweis für Ihre Bestellung bei der **Sunday Naturals Products GmbH**
(www.sunday.de). Nutzen Sie im Warenkorb den **10%-igen Aktionscode: TAN-00147**

VERANSTALTUNGEN:

Forever Young Seminar: klick >>> [HIER](#)

Video & Film - Empfehlungen:

- ☒ klicken Sie hier auf den [LINK](#) zu meinem **YouTube**-Kanal!
- ☒ Prof. Lustig, googeln, „[The bitter truth](#)“ (Vortrag in leicht verständlichem Englisch)
- ☒ **Film:** „Voll verzuckert - That Sugar Film“, 2015, Regisseur Damon Gameau
- ☒ Youtube: „[Unser Hirn ...](#)“, [Interview Prof. Winkler](#), [120-Sekunden Artgerechtes Leben](#)

Bücher:

Was ist denn Paläo?, O. Heibold; Das Neue Forever Young, U. Strunz
Die Weizenwampe, W. Davis; BLUT - Die Geheimnisse unseres flüssigen Organs, U. Strunz
Das Geheimnis der Gesundheit, U. Strunz; Artgerechte Ernährung, Klaus Wührer
Darm mit Charme, Giulia Enders;

APP's im entsprechenden APP-Store (Apple oder Android):

FDDB:	= alle Lebensmittel mit Angaben zu (Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate)
codecheck	= Barcode scannen u. alles wissen zum Lebensmittel o. der Kosmetik
No Carb Coach:	= „Strunz-App“ Essentagebuch
tabata-timer	= hochintensives Training in 4 Minuten mit klarer Zeitvorgabe
health	= Apples eigene App, der Name ist Programm
Waterminder	= erinnert daran, zu trinken! Trinkmenge pro Tag einstellbar

M E S S E N - W I S S E N - H A N D E L N - N A C H M E S S E N !

**„Die Biochemie des Menschen gilt auch für Kinder!
Kinder sind kleine Menschen!“ Dr. U. Strunz**

**„GESUNDHEIT IST DAS ÜBERWIEGEN
ARTGERECHTER ENTSCHEIDUNGEN!“ PROF. WINKLER**
