

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 Zinzino (90)	1	-	1	Zinzino.de
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	Öffnen und Inhalt in Brei zum Beispiel Apfelmus einrühren	Junior Multi Bo13 NutriGelllets	1	-	-	Bio
VITAMIN D	60 IE/kg Körpergewicht / Tag	Vitamin D + K2	1-2 Trpf. mit je 1.000 IE	-		Sun
Vitamin C	Pro 10 kg Körpergewicht je 0,5 Gramm / Tag	Vitamin C 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	Eisensaft MoFerrin® liquid	1 Tee-löffel	-	1 Tee-löffel	Bio
MAGNESIUM	„Das Salz der inneren Ruhe“	Magnesioform Citrat Pulver 150-300 mg/ Tag	⅓	-	⅔	Form Med

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

**ANDERE, HIER NICHT AUFGEFÜHRTE UND ZUVOR ABER
EINGENOMMENE MEDIKAMENTE ODER SUPPLEMENTS:**

>>>>>>>>>>> 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

Bio=www.biogena.at, SUN= sunday.de Zinzino=zinzino.de

*** **Eiweiss:** biogena.at (vegetarisch) o. www.hbn-supplements.de 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

EINNAHME (FAST) ALLER NEM´S: MITTEN IN DER MAHLZEIT!

„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 Mit dem **Gutscheincode** **AD0012748** erhalten Sie **25 EUR**
Rabatt.

Wichtiger Hinweis für Ihre Bestellung bei der **Sunday Naturals Products GmbH**

(www.sunday.de). Nutzen Sie im Warenkorb den **10%-igen** **Rabatt-Code: TAN-00147**

FUNDAMED HEALTH - VERANSTALTUNGEN:

[FUNDAMED Power Health Days](#): 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:	= 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

MESSEN - WISSEN - HANDELN - NACHMESSEN!

**„DIE BIOCHEMIE DES MENSCHEN IST DAS
FUNDAMENT VON GESUNDHEIT!“**

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