

Erfahrungen

Aktive Zellmasse aufbauen
und Körperfett reduzieren

Unsere Untersuchungen bei Leistungssportlern ergab folgende erstaunliche Feststellung: Selbst Hochleistungssportler verfügen hinsichtlich ihrer Körperstruktur über ein Missverhältniss bzgl. des Anteils der Körperfette in Relation zur aktiven Körperzellmasse.

Wurde dieses Missverhältnis zugunsten der aktiven Körperzellmasse verändert, kam es zu einem deutlichen Anstieg der Leistungskurve. Von anerkannten Hochleistungssportlern aus dem Bereich des Profi-Radsports wurde ein sehr deutlicher Kraft- und Ausdauer-Zuwachs angegeben.

Unter der Anwendung von **BODYsport** kam es zu einer selektiven Beseitigung überschüssiger Körperfette, während der Anteil der aktiven Körperzellmasse deutlich gesteigert werden konnte.

Diese außergewöhnlichen Eigenschaften von **BODYsport** wurden in Anwendungsstudien geprüft und durch BIA-Messungen belegt.

Unser Anwendungstipp:

1 Portion = 25g (2 gehäufte Esslöffel) in ca. 100 ml Wasser oder zuckerfreien, fettarmen Joghurt beliebiger Geschmacksrichtung geben, kurz umrühren, bis ein leichter Brei entsteht – fertig.

Anwendung:

4 – 6 x täglich 1 Portion, bei Bedarf auch häufiger. Auch für Diabetiker geeignet.

Der Weg zur idealen Körperstruktur

BODYform, BODYfit, BODYsport und BODYplus

Die Produkte auf Basis der einzigartigen Grundsubstanz **BODYmcs** helfen Ihnen in allen Situationen Ihr Wohlbefinden zu erhalten oder wieder zu erlangen.

Mit **BODYform** werden überwiegend Fette verbrannt und das wertvolle Muskelgewebe wird optimal geschont; in vielen Fällen sogar aufgebaut. So erzielen Sie Ihr Wunschgewicht – ohne JoJo-Effekt.

Bei erhöhter Beanspruchung, beruflichem oder ausbildungsbedingtem Stress hilft **BODYfit** und sorgt für körperliche Leistungsfähigkeit, psychische Belastbarkeit, geistige Frische, aber auch jugendliche Ausstrahlung – unabhängig vom biologischen Alter.

BODYplus hilft Ihnen auf eine gesunde Art und Weise das Naschbedürfnis »zwischen durch« zu stillen und vermeidet das Auftreten von Heißhunger-Attacken.



Freundlich überreicht durch:

Info und Bestellung unter:
BODYtrust GmbH
Im Auel 34
D-51766 Engelskirchen

Fon +49 (0) 2263 9025-0
Fax +49 (0) 2263 9025-11
info@bodytrust.net
www.bodytrust.net

BODYsport®

Einfach gesund...
aktive Körperzellmasse aufbauen!



Wissenswertes

Voraussetzungen zum Aufbau einer leistungsadäquaten Körperstruktur

Entscheidend für das Leistungsvolumen im Breiten- und Leistungssport ist die optimale Körperzusammensetzung und nicht das »richtige« Körpergewicht. Das Ausmaß und der Zustand der aktiven Körperzellmasse ist von zentraler Bedeutung.

Die alleinige Überwachung des Körpergewichtes sagt kaum etwas über das tatsächliche Leistungsvermögen aus. Nur, wenn aktive Körperzellmasse, Fettanteil und Wasserhaushalt in einem optimalen Verhältnis zueinander stehen, lassen sich überdurchschnittliche Leistungen erzielen. Wer sein Leistungsvermögen verbessern will, muss vor allem den Anteil der aktiven Körperzellmasse in Relation zum Gesamtgewicht positiv verändern. Dabei müssen störende Fetteinlagerungen reduziert und die aktive Körperzellmasse kontinuierlich aufgebaut werden.

Das Angebot an »leistungssteigernden« Produkten ist kaum noch überschaubar. Immer wieder wird behauptet, hohe Eiweißmengen seien die wesentliche Voraussetzung zum Muskelaufbau. Hierzu gibt die Wissenschaft eine eindeutige Antwort: Während die benötigte Nahrungsenergie je nach Sportart zwischen 3.500 und 8.000 kcal differiert, beträgt die empfohlene Eiweißaufnahme für alle Leistungssportarten generell 1 bis 2 Gramm pro kg Körpergewicht.

Im Vordergrund sinnvoller Empfehlungen für den Breiten- und Leistungssport stehen die Kohlenhydrate und zwar die polymeren Kohlenhydrate mit Mengen zwischen 5 bis 9 Gramm pro kg Körpergewicht in der Leistungsphase.

Einzigartige Grundsubstanz

Patentierter biologischer Herstellung durch zweifache Fermentierung

In einem biologischen Herstellungsverfahren wird die Basissubstanz von **BODYsport** – reines Weizenvollkorn – zu einem Spezifikum für besondere Ernährungszwecke verstoffwechselt.

Bei der Verstoffwechslung entstehen:

► Kohlenhydratpolymere

Diese liegen in kurz-, mittel- und langfristigen Verbindungen vor, die sowohl sofort als auch langanhaltend Energie zur Verfügung stellen, ohne dabei den Insulinspiegel negativ zu beeinflussen (extrem niedriger glykämischer Index). Die Kohlenhydratpolymere sind in **BODYsport** fermentativ aufgespalten. Hierdurch wird ein plötzliches Einströmen von Wasser in den Magen-Darmtrakt und die hiermit sonst übliche Leistungseinbuße im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme sicher vermieden. In **BODYsport** liegt eine konstante Kohlenhydratformel vor.

► Proteine

Die Proteine in **BODYsport** stammen aus Weizen, hochwertigem Molkeeiweiß, Magermilch und Hefe. Somit liegt eine sich optimal ergänzende Eiweißbasis vor. Durch den fermentativen Herstellungsprozess entstehen enzymatisch aufgespaltete, kurzkettige und freie Aminosäuren. Diese können die Eiweißsynthese in den Leber- und Muskelzellen steigern. Darüber hinaus entstehen verzweigt-kettige Aminosäuren, die eine zentrale Schlüsselfunktion bei der Regenerierung sowie dem Erhalt bzw. der Bildung von neuem Muskelgewebe haben.

► Fettsäuren

In **BODYsport** liegen überwiegend ungesättigte Fettsäuren vor, an erster Stelle essenzielle Linolsäure.

BODYsport

Optimale Balance von Körpergewicht und aktiver Zellmasse



► Ballaststoffe

Im Unterschied zu den »klassischen« Ballaststoff-Präparaten aus Weizenkleie sind die in **BODYsport** enthaltenen Ballaststoffe praktisch frei von Stärke. Der um das dreifach erhöhte Anteil löslicher Pentosane spielt eine entscheidende Rolle bei der Bereitstellung von zusätzlicher Energie.

► Mikronährstoffe

Im Bereich der Mikronährstoffe (Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente) wurde **BODYsport** den Erfordernissen des sportiven Leistungsprofils angepasst.

