

Fettabbau ab 30

Wenn Abnehmen zur «Mission Impossible» wird

Kursleitung

Dr. Rüdiger Schmitt-Homm Physiologe (M.A.), Dipl. Gerontologe, Universitätsdozent und Autor

Zielpublikum

Therapeuten und persönlich Interessierte, die den Dschungel der allgemeinen und widersprüchlichen Empfehlungen tiefer verstehen wollen, um daraus tatsächlich wirksame auf das Individuum zugeschnittene Strategien zu entwickeln.

Ziele

- Die Teilnehmenden verstehen
- die biologischen und biochemischen Vorgänge rund um den Fettstoffwechsel
 - dass Fett nicht gleich Fett ist – weder im Körper noch in der Nahrung
 - welche zentrale Rolle die Muskulatur spielt, dass aber viele der üblichen Sportempfehlungen wenig hilfreich sind
 - den Zusammenhang zwischen Alterungsprozessen, Körperfettzunahme und Figurveränderung
 - wie maximal wirksame Interventionsansätze auf individueller Basis erstellt werden können

Themen

- Alterung und Fettstoffwechsel
- Energiehaushalt in Muskulatur, Fettgewebe und Gehirn
- Die regulative Macht der Hormone
- Von der Wissenschaft in die Praxis: Die besten Ernährungstricks
- Nützliche Nahrungsergänzungstoffe
- Lifestyle-Faktoren

Donnerstag, 8. März 2018
CHF 175.–
Maximal 28 Personen

Organisatorisches

Kurszeiten

Jeweils von 8:45 Uhr bis 16:45 Uhr (alle Kurs- und Ausbildungstage)
Ausnahmen: Exkursionen (Details siehe www.phytomed.ch)

Kursdauer

In der Regel 1 Tag. Ausnahmen:
Ausbildung Berater/-in in Biochemie nach Dr. Schüssler (9 Tage)
Asiatische Medizin, Fortsetzungskurs, Schüssler-Salze aus Sicht der CM (2 Tage)

Kursort

PHYTOMED AG
Tschamerie
CH-3415 Hasle/Burgdorf

Informationen zu Übernachtungsmöglichkeiten finden Sie unter
www.phytomed.ch.

An- und Abreise mit dem öffentlichen Verkehr

(gültig für alle
Angebote 2017)

Die PHYTOMED AG ist wie folgt erreichbar:

- **Anreise:** Hauptbahnhof Burgdorf, Buslinie 465, Tschamerie.
Abfahrt 8:15 Uhr, Fahrzeit zirka 15 Minuten
(Abfahrt in Fahrtrichtung links, vom Bahnhofsgelände aus gesehen),
bis Haltestelle Tschamerie.

Für die **Anreise aus Richtung Thun** (Alternative zur Anreise über
Hasle-Rüegsau): bis Oberburg mit dem Zug, Fussweg von Oberburg
Bahnhof zu Oberburg Post.

Busabfahrt Oberburg Post: 8:23, Fahrzeit zirka 5 Minuten.

- **Abreise:** Tschamerie ab **16:55 Uhr**, Hauptbahnhof Burgdorf an **17:13 Uhr**.

Kombinierte Fahrausweise (Bahn/Bus) können Sie an Ihrem Bahnschalter lösen.

Kosten

Die Angaben finden Sie in der Detailbeschreibung des Kurses.
Kursunterlagen, Mittagessen, Zwischenverpflegung und Getränke sind
in den Kosten inbegriffen. Am Ende des Kurstages erhält jeder Teilnehmende
eine Kursbestätigung über 7 h à 60 Minuten.

Es besteht die Möglichkeit, ohne Mittagessen zu buchen. Wir bitten Sie hierzu
um eine entsprechende Information **bei der Anmeldung**.

Der Rechnungsbetrag ist bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn zu überweisen.
Die Bezahlung der Kosten berechtigt Sie zur Teilnahme am Kurs.

Organisatorisches

Kosten

Fortsetzung

Rückvergütung: Ab 5 Kurstagen innerhalb eines Kalenderjahres können Sie eine 10% Rückvergütung **beantragen**. Ausgenommen von dieser Regel sind die Ausbildungstage Berater/-in in Biochemie nach Dr. Schüssler und die Arzneipflanzen-Exkursionen.
Die Rückvergütung erfolgt **per Ende Jahr** in Form einer Gutschrift (**ohne Verpflegungsanteil**).

Die Mitglieder des **SVfBS** (Schweizerische Vereinigung für Biochemie nach Dr. Schüssler) erhalten auf alle unsere Kurs-, Ausbildungs- und Exkursionsangebote **10% Rabatt**. Bitte geben Sie **bei der Anmeldung** entsprechende Nachweise bekannt.

Die Mitglieder des **TCM-Fachverband Schweiz** erhalten auf die mit entsprechendem Fachverband-Logo gekennzeichneten Kurse **10% Rabatt**. Bitte geben Sie **bei der Anmeldung** entsprechende Nachweise bekannt.

Anmeldung

PHYTOMED AG, Postfach, 3415 Hasle/Burgdorf

Telefon +41 34 460 22 11 Telefax +41 34 461 41 63
kurse@phytomed.ch www.phytomed.ch

Jede Anmeldung ist verbindlich.

Die Rechnung gilt als definitive Anmelde- und Buchungsbestätigung. Diese senden wir Ihnen per Post zu.

Anzahl

Teilnehmende

Die Teilnehmerzahl ist jeweils beschränkt (Angaben siehe Details Kursbeschreibung). Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Einganges berücksichtigt. Bei ungenügender Teilnehmerzahl wird der Kurs in der Regel nicht durchgeführt und die Kosten erlassen bzw. rückerstattet.

Die Entscheidung zur Absage erfolgt in der Regel spätestens 1 Woche vor dem Kurstermin.

Abmelde- bedingungen

(Kurse und Exkursionen 2018. Die Ausbildung Berater/-in in Biochemie nach Dr. Schüssler ist speziell geregelt.)

Die Abmeldung eines Kurses ist mit administrativem Aufwand verbunden.

Bitte beachten Sie folgende Regelung in jedem Fall:

CHF 30.– Bearbeitungsgebühr bis 14 Tage vor Kursbeginn.

Weniger als 14 Tage vor Kursbeginn **kein** Erlass bzw. **keine** Rückerstattung der Kosten.

Die Abmeldung muss in jedem Fall schriftlich erfolgen.

Sie haben die Möglichkeit, uns per Post eine Nachricht an die Adresse PHYTOMED AG, Tschamerie, CH-3415 Hasle b. Burgdorf, per E-Mail an **kurse@phytomed.ch** oder per Fax unter der Nummer +41 34 461 41 63 zuzusenden.

Anstelle einer Abmeldung kann eine von Ihnen benannte Ersatzperson am Kurs teilnehmen.

Haben Sie noch Fragen?



Wenden Sie sich bitte an
Nicole Wepler, Kursmanagement

Telefon +41 34 460 22 11
Direktwahl +41 34 460 22 42
kurse@phytomed.ch

oder an



Anja Kienass, Mitarbeiterin Kurswesen

Telefon 034 460 22 39
Direktwahl 034 460 22 41
kurse@phytomed.ch

Kurse in St. Gallen

Neben unserem umfangreichen Kursangebot in Hasle/Burgdorf bieten wir Ihnen eine kleine Auswahl des Programms in St. Gallen im Hotel DOM an. Näheres dazu unter **www.phytomed.ch** oder Telefon 034 460 22 11.