



## Pressemitteilung

München, 14.03.2013

### Schnell abnehmen im Frühjahr

*Viele möchten im Frühjahr ganz schnell abnehmen und überflüssige Pfunde loswerden. Eine Unterstützung beim erfolgreich Abnehmen können die Nahrungsergänzungspodukte von SanaExpert sein.*

München, 14.März.2013 - [DPR] Im Frühling möchten viele schnell viel abnehmen und Hüftgold verlieren. Die natürlichen Nahrungsergänzungspräparate von SanaExpert fördern das dauerhaft Abnehmen auf gesunder Weise.

Ganz schnell abnehmen ist im Frühjahr für viele Leute ein Thema. Die Fettpolster aus den Wintermonaten müssen schnell weg. Aber die Winterpfunde schmelzen leider nicht von selbst. Aus diesem Grund sind Diäten, die ein schnelles Abnehmen versprechen, jetzt hoch im Kurs. Crash-Diäten, die dem Körper wertvolle Nährstoffe verwehren, sind jedoch weder gesund, noch führen sie immer zum Erfolg. Die defizitäre Ernährung kann die Leistungsfähigkeit beeinträchtigen und die Immunkräfte schwächen. Bei einem ganz schnell Abnehmen ohne Sport wird außerdem oft Muskelmasse abgebaut, da der Körper, um die Energie zu gewinnen, als erstes auf die Kohlenhydratspeicher zugreift. Erst im Anschluss kommt das Körperfett an die Reihe. Muskeln sind aber beim erfolgreich Abnehmen sehr wichtig, da sie die meisten Kalorien verbrennen. Ein Muskelverlust ist deshalb kontraproduktiv und kann dazu führen, dass nach einer Diät wieder zugenommen wird.

Ernährung, Bewegung und Einstellung - bedeutende Faktoren für ein gesundes Abnehmen

Zum gesund und effektiv Abnehmen ist es notwendig, dass man sich als erstes mit der eigenen Ernährungsweise auseinandersetzt. Man sollte aber nicht nur Kalorien zählen und weniger essen. Gleichermäßen wichtig ist es, dass der Organismus mit ausreichend Vitalstoffen versorgt wird. Hierfür empfiehlt sich eine vollwertige Mischkost, wobei auch auf gesunde Fette und Kohlenhydrate in Maßen nicht verzichtet werden sollte. Wichtig ist zudem eine ausreichende und regelmäßige körperliche Betätigung, die neben der Anregung des Stoffwechsels auch dem Muskelaufbau dient. Nicht zu unterbewerten ist beim Abnehmen auch die eigene Einstellung. Wer die Ernährungsumstellung und den Sport als Strafen empfindet, fällt leicht in alte Gewohnheiten zurück. Man kommt mit der Veränderung besser klar, wenn man positiv denkt und keine unrealistischen Erwartungen beim effektiv Abnehmen hat.

Gesunder Beitrag beim Abnehmen: SanaExpert Nahrungsergänzungsmittel

Unterstützend beim Abnehmen kann auch Nahrungsergänzung sein. SanaExpert hat zwei Produkte auf biologischer Grundlage entwickelt, die das Abnehmen schnell und erfolgreich begünstigen können. Beim Diät Drink handelt es sich um ein Proteinkonzentrat, das als Substitut für eine Mahlzeit pro Tag eingesetzt werden kann, um die Kalorienaufnahme zu reduzieren. Die SanaExpert Figur Aktiv Kapseln enthalten Chitosan, einen natürlichen Stoff, der aus den Schalen von Krabbentieren gewonnen wird. Dieser hat eine starke lipidbindende Eigenschaft, die in verschiedenen wissenschaftlichen Studien belegt wurde. Chitosan bindet das Nahrungsfett und verhindert dadurch, dass es im Körper gelagert wird. Es wird stattdessen unverdaut wieder ausgeschieden. Der Organismus kann sich auf das Verbrennen der bereits vorhandenen Fettdepots konzentrieren, was zum dauerhaft und erfolgreich Abnehmen beiträgt. Ebenso ist in den Figur Aktiv Kapseln Artischockensaftkonzentrat enthalten. Die Bitterstoffe der Artischocke wirken sich positiv auf die

Leber und die Galle aus und ist verdauensanregend. Das Figur Aktiv Präparat kann durch seine natürlichen Inhaltsstoffe auch das Abnehmen im Schlaf fördern. Der Diät Drink und die Figur Aktiv Kapseln von SanaExpert als unterstützende und hochwertige Hilfe beim dauerhaft Abnehmen sind diätetische Lebensmittel nach der NemV (Deutsche Nahrungsergänzungsmittelverordnung) und in der Apotheke erhältlich.

weiterführender Link: <http://sanaexpert.ch/abnehmen-schnell>

Pressekontakt:

SanaExpert GmbH  
Schillerstr. 40  
80336 München

Firmenportrait:

SanaExpert entwickelt und vertreibt Nahrungsergänzungsmittel sowie diätetische Lebensmittel in Deutschland, Österreich und in der Schweiz.

Ziel des Unternehmens ist es, neueste wissenschaftliche Erkenntnisse in die Entwicklung und Zusammensetzung von Mikronährstoffen einfließen zu lassen. Hierfür arbeitet SanaExpert eng mit verschiedenen Instituten, der Industrie und Lebensmittelchemikern zusammen.

SanaExpert ist über die Jahre exklusiver Gesundheitspartner im Teletext verschiedener Fernsehsender geworden, ist in Deutschland und Österreich in allen Apotheken gelistet und unterstützt viele internationale Athleten im Breiten- und Hochleistungssport.

Pressemitteilung von: SanaExpert GmbH

Autor: Daniel Hamann