

Fit in 100 Tagen

22.11.2007, 11:24 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Vitalogic*

Wie es geht hat Heini Bergmüller, der „Hermann Maier Macher“, in seinem Buch „Fit in 100 Tagen“ beschrieben. Dass es geht, hat er mit Hermann Maier und anderen Spitzensportlern mehrfach bewiesen. Was es für Hobbysportler und (noch) nicht Sport betreibende Menschen bringt, wollte er aufzeigen.

Im Sommer 2007 wurde das nach seinem Buch „Fit in 100 Tagen“ bezeichnete Trainingsprogramm in den beiden „Heini Bergmüller Kompetenz-Zentren“ in Stegersbach und Sauerbrunn im Burgenland, Österreich, gestartet. Redakteure der Burgenländischen Volkszeitung (BVZ) stellten sich als „Testpersonen“ zur Verfügung. Das Programm umfasst ein regelmäßiges, gesteuertes und kontrolliertes Lauf- oder Ergometertraining, Walking, Rumpfkraftigung, Koordinationstraining, eine Ernährungsumstellung und eine individualisierte Aminosäuren Substitution. Die Testpersonen nehmen täglich das auf sie durch einen Bluttest individuell abgestimmte Aminosäuren Präparat Vitatonic ein, erläutert Prof. Jürgen Spona.

Durch dieses gezielte Programm wird der Körper leistungsfähiger und stressresistenter, Blutdruck und Ruhepuls lassen sich normalisieren. Der Körperfettanteil wird in kleinen Schritten reduziert und der Bewegungsapparat gestärkt. Körper- und Selbstwertgefühl verbessern sich. Das Ziel, eine Verbesserung der allgemeinen Fitness und des Gesundheitszustands, und somit des Lebens- und Körpergefühls nach 100 Tagen, wurde bei dieser Trainingsgruppe Mitte November erreicht.

Bei einer Gewichtsoptimierung und sportlicher Tätigkeit spielt die tägliche Einnahme des maßgeschneiderten Aminosäuren-Präparats Vitatonic eine wichtige Rolle. Es liefert die Basis für optimale mentale und körperliche Leistungsfähigkeit und Gesundheit, verbessert die Regenerationsfähigkeit, senkt die Häufigkeit von Verkühlungen und Infekten betont Herr Prof. Jürgen Spona (www.vitalogic.at).

Portrait

Die Vitalogic Dr. Spona Vertriebsges.m.b.H. entwickelt und distribuiert mit Vitatonic das einzige persönliche Aminosäurenprogramm, basierend auf einer Blutanalyse. Vitatonic wurde vor allem für Menschen, die hohen Anforderungen ausgesetzt sind, konzipiert. Die Hauptzielgruppe sind einerseits Hobby- und Leistungssportler und andererseits Personen, die unter einer großen Stressbelastung stehen. Die Produktreihe Vitatonic geht mit den Aminosäuren-Präparaten Vitatonic F, Vitatonic Basic, Vitatonic Plus und Vitatonic Sport, auf unterschiedlichste Bedürfnisse des Körpers ein und ist in Kapsel- oder Pulverform in den Geschmacksrichtungen Orange, Maracuja, Pfirsich und Marille erhältlich.

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/172821/Fit-in-100-Tagen.html>