

## Die Tricks der Stars

15.06.2020, 13:32 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Leichter leben in Deutschland VertriebsgmbH*

Presseagentur: *Leichter leben VertriebsgmbH*

---



Genetische Tests zeigen den richtigen Weg

Haben Sie sich über Stars aus der Film- und Musikszene gewundert? Vor kurzem noch Moppel mit Ringe um den Bauch verwandeln sich die Stars in schlanke, attraktive Menschen als wäre Nichts gewesen.

-----

Der Trick der Stars ist eine an die eigenen Gene angepasste Ernährung. Nicht dauernd fasten und hungern, nicht auf alles verzichten und Nein sagen. Besser ist es, nur diejenigen Lebensmittel zu reduzieren, die nach der genetischen Veranlagung besonders schnell dick machen.

Was steckt hinter dieser erfolgreichen Methode? Unsere Ur-Vorfahren waren Sammler und Jäger. Sie jagten wilde Tiere, sammelten auf Wiesen und in Wäldern Wurzeln und Beeren. Was in den Mund kam bestand zu 65% aus Fleisch und nur zu 35% aus Pflanzen. Der Stoffwechsel war auf diese nach heutiger Sicht sehr einseitige Ernährung angepasst.

Später wurden die Menschen sesshaft, begannen mit dem Ackerbau. Das Essen veränderte sich langsam, nur noch 10% waren Fleisch, 90% stammte von den Feldern.

Ihr persönlicher Stoffwechselstatus entscheidet, ob Ihr Organismus besser mit Proteinen klar kommt, ob ihn Kohlenhydrate dick machen oder doch das Fett im Essen. Der Schlüssel dazu liegt in den Genen eines jeden einzelnen von uns verborgen. Unterschiedliche Gene, unterschiedliche Verstoffwechslung, unterschiedliche Auswirkungen auf das Körpergewicht. Das erklärt auch, warum einige von uns Süßigkeiten essen können ohne schädliche Auswirkung auf die Figur, andere werden schon durch wenige Häppchen wieder zunehmen.

Was in Amerika für die Stars schon seit Jahren möglich war, ist auch bei uns im Programm von "Leichter leben in Deutschland" integriert, eine Analyse der persönlichen Genstruktur. Erfahren auch Sie, welche Makronährstoffe Sie besonders dickmachen, welche Ihr Stoffwechsel problemlos verarbeitet und nicht bevorzugt als Fett an Bauch und Hüften einlagert.

Eine an die Gene angepasste Ernährung, auch Nutrigenetik genannt, erlaubt mehr Freiheiten, mehr Essen bei gleichzeitiger deutlich besserer und einfacherer Kontrolle von Gewicht und Figur. Ein hoch interessanter Nebeneffekt ist auch die Möglichkeit sicher vorherzusagen, welche Sportarten die höchste Effektivität beim Abnehmen hat. Sind Sie besser beraten mit langsamen Ausdauersportarten, wie Wandern und Walking oder nimmt Ihr Körper besser ab, wenn sie kürzer, dafür aber mit etwas höherer Belastung trainieren?

"Leichter leben" bietet hier in Deutschland 2 genetische Tests an. Einmal den LLiD Meta-Check mit gedruckter

Auswertung und einem individuellen an das Ergebnis angepassten Kochbuch und die digitale Form für Smartphone oder Laptop genannt SlimKey. Mehr Infos gibt's auf [www.llid-metacheck.de](http://www.llid-metacheck.de) (<https://llid-metacheck.de/>) und [www.slimkey.de](http://www.slimkey.de) (<http://www.slimkey.de>)

-----  
Pressekontakt:

Leichter leben VertriebsgmbH  
Herr Hans Gerlach  
Regensburger Str. 14  
94315 Straubing

fon ..: 09421 18560  
web ..: <http://www.llid.de>  
email : [gerlach@llid.de](mailto:gerlach@llid.de)

## Portrait

Die "Leichter leben in Deutschland" VertriebsgesellschaftmbH vertreibt Abnehm- und Gesundheitskonzepte über ausgewählte Apotheken in ganz Deutschland.

---

News-ID: 1090920 • Views: 412 (Stand: 23.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1090920/Die-Tricks-der-Stars.html>