

Barmer Ersatzkasse bezuschusst LowFett 30-Onlineabnehmprogramm

02.12.2009, 11:57 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *LowFett 30*

Presseagentur: *Food-Xperts GmbH & Co. KG*



Online abnehmen mit LowFett 30!

Das Online-Abnehmprogramm von LowFett 30 wurde jetzt auch von der Barmer Ersatzkasse zertifiziert. Mehr als 7 Millionen Barmer-Versicherte können den Kurs buchen und werden bezuschusst. Das bedeutet, dass die Barmer Krankenkasse wie auch bereits die BKK und Knappschaften, DAK, GEK und IKK – bis zu 100 % der Kursgebühren in Höhe von 89 Euro erstattet.

Der Onlineabnehmkurs dauert 12 Wochen und beginnt mit einer persönlichen Ernährungsanalyse am PC. Anschließend erhalten die Kursteilnehmer wöchentliche Videokurse per Mausklick. Wochenpläne versorgen die Teilnehmer und die gesamte Familie mit Rezepten. Das Ernährungstagebuch berechnet automatisch den Kalorienbedarf und erleichtert den Überblick.

Die Vorteile: Der Teilnehmer bestimmt seine Kurszeiten selbst. Durch die individuelle Betreuung im interaktiven Forum wird er zusätzlich motiviert. Das Onlineprogramm ist 16 Wochen frei geschaltet, falls ein Urlaub ansteht oder unerwartet Pausen eingelegt werden müssen. Unsere Statistiken belegen: Durchschnittlich 6,8 Kilo haben die Teilnehmer abgenommen.

Das Beste: LowFett 30 ist mehrfach von Stiftung Warentest und Öko-Test prämiert worden und entspricht den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE). Es ist keine Diät, sondern eine dauerhafte Ernährungsumstellung. Seit Anfang des Jahres ist der Onlinekurs als eines der ersten Online-Abnehmprogramme in Deutschland zertifiziert. Mehr Informationen finden Sie unter: <http://www.lowfett.de/Default.aspx?tabid=611>.

Portrait

Das LowFett 30-Ernährungskonzept wurde vor mehr als zehn Jahren von Gabi Schierz und Gabi Vallenthin ins Leben gerufen. Der Grundsatz von LowFett 30 lautet: Maximal 30 Prozent der Tageskalorien dürfen aus Fett bestehen. Er entspricht damit der Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE).

Mehrfach ist das Ernährungskonzept LowFett 30 von Öko-Test, Stiftung Warentest und weiteren namhaften Instituten mit Bestnoten ausgezeichnet worden. Mehr als 50 Ratgeber und Kochbücher haben Gabi Schierz und Gabi Vallenthin zu diesem Thema veröffentlicht.

Basierend auf ihren langjährigen Erfahrungen mit Verbrauchern, Kunden und Experten haben Gabi Schierz und Gabi Vallenthin mit der FoodXperts GmbH & Co. KG, Mönchengladbach, eine Full-Service-Agentur im Food-Segment geschaffen (www.food-Xperts.de).

News-ID: 376944 • Views: 3547 (Stand: 05.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/376944/Barmer-Ersatzkasse-bezuschusst-LowFett-30-Onlineabnehmprogramm.html>