

## Gewicht reduzieren und Gesundheit verbessern mit metabolic balance fitness®

30.06.2011, 12:47 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Vitalis Gesundheitszentrum München*

Presseagentur: *Horn Druck & Verlag KG*

---



metabolic balance fitness® im Vitalis München

Das VITALIS Gesundheitszentrum München bietet das ganzheitliche Stoffwechselprogramm, dessen Wirksamkeit in einer wissenschaftlichen Studie belegt wurde

Das Ergebnis der Studie ist eindeutig: Übergewichtige können mit metabolic balance® ihr Gewicht besonders effektiv verringern und auch langfristig halten. Die Wissenschaftler waren überrascht, dass auch die Blutwerte der Studienteilnehmer sich deutlich verbessert haben.

Das VITALIS Gesundheitszentrum in Pasing-Obermenzing hat das Stoffwechselprogramm im Angebot. Die Spezialisten für gesundes Abnehmen können damit allen übergewichtigen Münchnern helfen, auf nachhaltige Weise zu mehr Gesundheit und einem besseren Körper- und Lebensgefühl zu gelangen. Ein Programm zum Abnehmen gilt dann als

wirksam, wenn sich das Ausgangsgewicht um mindesten 5 Prozent verringert und das Ergebnis über ein Jahr gehalten werden kann. Über 30 Prozent der Testpersonen in der Studie schossen gar über das Ziel hinaus und verloren mehr als das doppelte dieses Richtwertes – also mehr als 10 Prozent ihres Ausgangsgewichts!

Die Testpersonen gaben zudem an, dass auch ihre persönliche, gesundheitsbezogene Lebensqualität sich merkbar positiv verändert hat. Durchgeführt wurde die unabhängige Studie zur Wirksamkeit des Stoffwechselprogramms metabolic balance<sup>®</sup> vom Hochrhein-Institut in Zusammenarbeit mit dem Institut für Qualitätsmanagement und Sozialmedizin des Universitätsklinikums Freiburg. Die Ergebnisse wurden bereits im Dezember 2010 in der renommierten Fachzeitschrift „Journal of Nutrition and Metabolism“ veröffentlicht.

Besonders positiv ist den Wissenschaftlern die Verbesserung der Blutwerte bei den Testpersonen aufgefallen. Durch metabolic balance<sup>®</sup> kann sich der Cholesterinspiegel senken, was sich positiv auf die Gesundheit des Herz-Kreislaufsystems auswirkt. Auch das subjektive Wohlbefinden bei den Testpersonen hat sich dadurch wesentlich verbessert. Insgesamt 68 Prozent waren nach der Studie mit ihrer Lebensqualität zufrieden, zu Beginn waren es nur 38 Prozent. Zudem hatten zu Beginn der Studie 27 Prozent gravierende körperliche Einschränkungen zu beklagen. Nach einem Jahr waren es nur noch 11,3 Prozent.

Bluthochdruck, Diabetes, Übergewicht und Fettstoffwechselstörungen werden als metabolisches Syndrom bezeichnet. 76 Prozent der Teilnehmer, die zu Beginn der Studie daran gelitten hatten, erfüllten die Diagnosekriterien nach einem Jahr nicht mehr. metabolic balance<sup>®</sup> berücksichtigt als Methode insbesondere die Tatsache, dass der Körper für einen ausgeglichenen Stoffwechselhaushalt ausreichend Enzyme und Hormone produzieren muss. Jeder Teilnehmer erhält einen auf ihn individuell zugeschnittenen Ernährungsplan, in dem genau die Lebensmittel empfohlen werden, die der Körper braucht, um diese wichtigen Stoffe zu produzieren. Ein Bluttest gibt Aufschluss über die optimale Zusammensetzung des Ernährungsplans für den jeweiligen Teilnehmer. Somit ist das Programm absolut individuell und ganzheitlich auf den Teilnehmer zugeschnitten.

Die Teilnahme an metabolic balance fitness<sup>®</sup> ist sinnvoll und wertvoll:

- Für Menschen, deren Gewichtssituation nach einer dauerhaften Lösung ruft und die endlich gesund abnehmen wollen.
- Wenn bereits gesundheitliche Probleme bestehen, die mit dem Übergewicht, bzw. einer Fehlernährung zusammenhängen. Das können z.B. Erkrankungen wie Diabetes Typ 2, Rheuma, chronische Migräne, Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck u.v.m. sein.
- Für alle die, egal in welcher Altersstufe, vital, leistungsfähig und fit sein wollen.

Im VITALIS Gesundheitszentrum kann man sich optimal beraten lassen. Unter 089 – 88 36 16 wird um Terminvereinbarung gebeten.

## **Portrait**

Über das VITALIS Gesundheitszentrum in München

Das VITALIS Gesundheitszentrum und VITALIS Saunaparadies in München Pasing, hat das TÜV Fitness-Siegel für qualitätsgeprüfte Trainings-Einrichtungen vom TÜV Rheinland erhalten. Stiftung Warentest urteilte bei einem Test gesundheitsorientierter Fitnessstudios mit GUT (2,4). Das VITALIS Gesundheitszentrum ist laut diesem Test eines der beiden besten Fitnessstudios in München.

Zum VITALIS gehören das Rückenzentrum München-West sowie das Abnehmzentrum München-West. Die

ganzheitliche Philosophie des VITALIS stellt eine ausgewogene Mischung aus Gesundheit, Fitness und Wellness in den Vordergrund.

Weitere Informationen gibt es unter [www.vitalis-muenchen.de](http://www.vitalis-muenchen.de)

---

News-ID: 550591 • Views: 255 (Stand: 17.04.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/550591/Gewicht-reduzieren-und-Gesundheit-verbessern-mit-metabolic-balance-fitness.html>