

Gesunde Ernährung? Das fetzt!

20.10.2011, 09:20 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Peter Hinojal - Seminare und Beratung Einzelunternehmung*
Presseagentur: *andrea ludwig pr*



Peter Hinojal erklärt in seinem mitreißenden Vortrag, wie gesunde Ernährung Spaß machen kann.

Dass Ernährung alles andere als langweilig sein muss und gesunde Ernährung auch Kids und Jugendlichen Spaß machen kann, das beweist am Sonntag, den 23. Oktober die Fritz-Leonard-Realschule Degerloch, die im Rahmen der Gesundheitswoche Degerloch den Top-Ernährungsreferent Peter Hinojal eingeladen hat. Er überzeugt durch seine lebendige Art vorzutragen, Gags mit Nährwert und ein Ausflug in die Evolution des Gehirns, lassen den Vortrag zu keiner Minute langweilig werden. "Mein Ziel ist es, die Jugendlichen an dieses Thema mit viel Spaß hinzuführen und gleichzeitig zum Handeln zu motivieren", so Peter Hinojal über seinen unterhaltsamen Vortrag für Schüler, Jugendliche und Eltern.

Bildhafte Ernährungssprache

Das Thema „gesunde Ernährung“ ist besonders bei Kindern und Jugendlichen wichtig und für erschreckend viele gar eine Herausforderung. Der Eventvortrag von Peter Hinojal „Gesunde Ernährung“ – schnell und leicht gemacht! – begeisterte bereits viele Zuhörer und inspirierte vor allem auch zum Umsetze. „Das Geheimnis liegt in der von Patric Heizmann entwickelten bildhaften Ernährungssprache“, so Peter Hinojal. In seinem Vortrag werden Fachbegriffe weitestgehend vermieden und stattdessen eine für jedermann leicht verständliche, bildhafte Sprache ersetzt. Da lernt es sich leicht. So wird aus Reis, Brot und Nudeln einfach das „leicht entflammbare Papier“ und die langsam brennenden Fette werden zu „Holzkohlebriketts“ des Organismus, die beispielsweise Körperwärme produzieren.

Spannung motiviert

Als mitreißend, emotional, spannend, unterhaltsam und motivierend stuften bisher die Zuhörer den Vortrag ein. Hinojal erklärt unter anderem, was artgerechte Ernährung bedeutet und man von den Urzeit-Vorfahren noch heute lernen kann. Auch Fitness spielt im Vortrag sowie in seinem Leben eine große Rolle, denn er weiß, wie man mit der richtigen Bewegung täglich mehr Fett verbrennen kann, ohne Kalorien zu zählen.

Der Vortrag findet am Sonntag, den 23. Oktober 2011, um 17:00 Uhr in der THV / Turn- und Versammlungshalle, Albstraße 70, 70597 Stuttgart statt. Organisator ist die Fritz-Leonard-Realschule Degerloch. Der Eintritt ist frei.

Portrait

Über Peter Hinojal

Peter Hinojal ist seit über 15 Jahren in der Fitness- und Gesundheitsbranche tätig! Als internationaler Referent, Ausbilder, Ernährungscoach oder als Keynote-Speaker, begeisterte er immer wieder seine Zuhörer. Fitness- und Gesundheitscenter, aber auch renommierte Unternehmen wie Banken, oder Bauunternehmungen gehören zu seinen Kunden.

News-ID: 580289 • Views: 2005 (Stand: 26.09.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/580289/Gesunde-Ernaehrung-Das-fetzt.html>