

Ihr konkreter Mehrwert:

Nach dem Programm verfügen Sie über klare Erkenntnisse über Ihren Körper, einen individuell auf Sie abgestimmten Plan sowie Sicherheit in Ernährung, Training und Alltag. Statt Rätselraten erzielen Sie messbare Fortschritte und entwickeln langfristige Strategien für Gesundheit und Leistungsfähigkeit.



Für wen ist das ideal?

- ✓ Wenn Sie gezielt Gewicht reduzieren oder aufbauen möchten
- ✓ Wenn Sie Ihre sportliche Leistung verbessern wollen
- ✓ Wenn Sie Ihre Gesundheit aktiv und präventiv stärken möchten
- ✓ Wenn Sie Wert auf Qualität, Individualität und Betreuung legen

Wählen Sie Ihr Programm:

1. Aesculapi Basic

1

Umfassende Analyse (BIA, Kaliper, Mindset, Ernährung, Training)

2

Persönliche Betreuung & regelmäßige Anpassungen

3

Ideal für nachhaltige Veränderungen mit klarer Struktur

Strukturierter Einstieg | Dauer ca. 4 Monate

Empfohlen für alle, die Klarheit und Orientierung suchen



2. Aesculapi Complete

1

Alle Inhalte von Aesculapi Basic

2

Zusätzlich: umfassende Spiroergometrie & Abschlusstesting

3

Maximale Individualisierung und Kontrolle Ihrer Fortschritte

Maximale Präzision & Tiefe | Dauer ca. 4 Monate

Empfohlen für höchste Ansprüche, Performance & Gesundheit



Aesculapi
Physiotherapie
& med. Trainingszentrum

Ganzheitliche Ernährungsdiagnostik

*Treffen Sie fundierte Entscheidungen
für Ihren Körper statt zu raten.*





Sie möchten wissen, was Ihr Körper wirklich braucht?

Unsere ganzheitliche Ernährungsdiagnostik liefert Ihnen messbare Fakten statt pauschaler Empfehlungen, individuell ausgewertet, persönlich erklärt und direkt umsetzbar.

Das Ergebnis: Klarheit, Sicherheit und ein Plan, der langfristig funktioniert.

Warum diese Diagnostik den Unterschied macht:

Viele Ernährungs- und Trainingskonzepte scheitern nicht am Willen, sondern an fehlender Individualisierung.

Wir analysieren Ihren Körper präzise, wissenschaftlich fundiert und ganzheitlich.

Keine Standardpläne!
Keine Vermutungen!
Keine kurzfristigen Lösungen!

Unsere Diagnostik-Bausteine:

Spiroergometrie

- Exakte Analyse Ihrer Atmung und Herzfrequenzzonen
- Bestimmung Ihres persönlichen Fett- und Kohlenhydratstoffwechsels
- Grundlage für eine zielgerichtete Ernährungs- und Trainingssteuerung

BIA-Messung

- Detaillierte Analyse von Muskel- und Wasseranteil
- Einschätzung Ihrer Regenerations- und Belastungsfähigkeit
- Objektive Verlaufskontrollen statt subjektivem Gefühl

Kalipermessung

- Präzise Beurteilung Ihrer Fettverteilung
- Wichtige Rückschlüsse auf Ernährung, Training und Alltagsbelastungen

Psychologische Fragebögen

- Analyse von Essverhalten, Motivation und Stress
- Erkennen mentaler Blockaden
- Basis für nachhaltige Veränderung statt Jo-Jo-Effekt

Warten Sie nicht auf den „**richtigen Moment**“.
Starten Sie jetzt mit Klarheit, Struktur und einem Plan, der zu Ihnen passt.

Termin jetzt vereinbaren:



www.aesculapi.de



Jennerstraße 1 + 3
83404 Ainring



+498654 7797890



sjokic@aesculapi.de



Persönlich.
Individuell.
Wissenschaftlich fundiert.