

Vortragseinladung

„Mitochondrien-Strategie – Neues aus der F-AS-T Formel“

Zahlreiche Nationalmannschaften, Bundesligavereine und Profisportler vertrauen auf die erfolgreiche F-AS-T Formel der Forschungsgruppe Dr. Feil aus Tübingen.

Was du mit der F-AS-T Formel erreichen kannst und wie sie umzusetzen ist, das berichtet Paul Barth von der Forschungsgruppe Dr. Feil in einem motivierenden Vortrag.

Der Vortrag ist an Freizeit- und ambitionierte Sportler gerichtet, sowie an alle, die mit Freude ein paar Kilos abnehmen wollen.

Vortragstermin: Montag, 13. Mai 2019, 19:00 Uhr

Ort: Vortragssaal der Sparkasse Günzburg-Krumbach,

An der Kapuzinermauer 2, 89312 Günzburg

Eintritt frei

Veranstalter: BLSV Günzburg und Sparkasse Günzburg-Krumbach

Anmeldungen an: veranstaltungen@spk-gz-kru.de



Die F-AS-T Formel

In der F-AS-T Formel werden alle wesentlichen Aspekte berücksichtigt, wie du deine sportliche Leistungsfähigkeit entwickeln kannst. Der Buchstabe „F“ steht dabei für eine grundlegende Fettstoffwechselaktivierung und das verhilft dir zu einem optimalen Wettkampfgewicht.

„AS“ steht für die „Allgemeine Stabilität“ von Sehnen, Bändern und Immunsystem sowie für eine optimale Regenerationsstrategie nach dem Sport. Der dritte Formelbestandteil „T“ gibt dir die entscheidenden Tipps, wie du dich an den Tagen vor dem Wettkampf sowie im Wettkampf versorgen solltest, um eine „Top-Leistung“ im Wettkampf abrufen zu können.

Die Entwickler Dr. rer. nat. Wolfgang Feil, Friederike Feil und Tobias Homburg versprechen, dass sich Freude und Leistungsfähigkeit im Sport schon bei einer 60-80-prozentigen Umsetzung der Formel deutlich erhöhen werden. Das Immunsystem wird gekräftigt, und du wirst weniger krankheits- und verletzungsbedingte Ausfälle haben.