



## **Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke**

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke

*Christian Dittrich-Opitz*

**Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke** Christian Dittrich-Opitz

 [Download Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Ze ...pdf](#)

 [Online lesen Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke Christian Dittrich-Opitz**

---

112 Seiten

Kurzbeschreibung

Mitochondrien die Kraftwerke in den Zellen versorgen den menschlichen Organismus mit der Energie, die er für alle Aktivitäten und zur Erzeugung von Wärme braucht. Heutzutage ist die grundlegende Energieversorgung unserer Zellen zunehmend durch störende Faktoren in Mitleidenschaft gezogen. Hier sind in erster Linie die vier großen Belastungen zu nennen: falsche Ernährung, Bewegungsmangel/falsche Bewegung, Umweltgifte/Elektrosmog sowie mentale Reizüberflutung/psychischer Stress.

Symptome eines eingeschränkten Mitochondrien-Stoffwechsels sind den meisten von uns wohlbekannt: starke Schwankungen des Energiepegels über den Tag hinweg mal fühlen wir uns voller Energie, dann wieder antriebslos und zerschlagen;  
Neigung zu entzündlichen Krankheiten;  
hohe Infektanfälligkeit;  
Heißhunger und kein lang anhaltendes Sättigungsgefühl;  
Erschöpfung nach getaner Arbeit in ungewöhnlichem Ausmaß und  
Schlafstörungen und/oder fehlende Regeneration trotz ausreichender Schlafdauer.

Christian Dittrich-Opitz beschreibt in seinem Kompaktratgeber, wie wir unsere Zellkraftwerke mit gezielten Maßnahmen so stärken können, dass wir wieder aus dem Vollen schöpfen und Krankheiten wie Burn-out, Depressionen, Krebs, chronische Entzündungen usw. vorbeugen bzw. sie heilen können.

Mitochondrien sind der Schlüssel zu unserer Gesundheit und zu unserer Lebensqualität insgesamt. In der Schulmedizin findet dieses Thema trotz ausreichender Forschungsergebnisse noch wenig Beachtung. Christian Dittrich-Opitz beschäftigt sich allerdings bereits seit vielen Jahren damit: Seine Vorschläge zur Behandlung und Prophylaxe von Burn-out, Erschöpfung und Depression haben sich in der Praxis bewährt. Durch seine bereits erschienen Bücher und die rege Seminar- und Vortragstätigkeit hat der Autor eine treue Community aufgebaut. Über den Autor und weitere Mitwirkende  
Christian Opitz wurde 1970 in Berlin geboren. Schon in seiner frühen Kindheit fiel er durch seine Hochbegabung und sein großes Interesse für Naturwissenschaft auf. Durch eigene Gesundheitsprobleme motiviert, wandte er sich bereits im Alter von 13 Jahren einem autodidaktischen Studium der Naturheilkunde und Ernährungslehre zu. 1990 begann er, seine Entdeckungen durch Vorträge, Seminare und Publikationen zu vermitteln. Er ist der Begründer des ganzheitlichen Lernsystems Lernen wie ein Genie und der Befreiten Ernährung, welche die Quintessenz seiner 27-jährigen Forschung zum Thema Ernährung darstellt. Christian Opitz leitet internationale Seminare zu den Themen Gesundheit, Ernährung, ganzheitliches Lernen und spirituelles Erwachen.

Download and Read Online Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke Christian Dittrich-Opitz #PB2K47NI5WE

Lesen Sie Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke von Christian Dittrich-Opitz für online ebook Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke von Christian Dittrich-Opitz Kostenlose PDF download, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke von Christian Dittrich-Opitz Bücher online zu lesen. Online Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke von Christian Dittrich-Opitz ebook PDF herunterladen Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke von Christian Dittrich-Opitz Doc Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke von Christian Dittrich-Opitz Mobipocket Mitochondrien: Mehr Lebensenergie durch gesunde Zellkraftwerke von Christian Dittrich-Opitz EPub