



Mit MAP® zu Ihrem Idealgewicht

Was ist MAP®?

MAP® (Master Amino Acid Pattern) wurde nach 23 Jahren intensiver Forschung in der Natur entdeckt und ist eine einzigartige, optimal aufeinander abgestimmte Zusammensetzung der acht lebensnotwendigen Aminosäuren für die menschliche Ernährung.

Aminosäuren sind die Grundbausteine von Protein, und Proteine sind nach Wasser der wichtigste Bestandteil unseres Körpers. Aminosäuren werden im Rahmen der Proteinsynthese des Körpers in jedem Moment zum Aufbau neuer Zellen benötigt, gleichgültig ob es sich dabei um Muskelzellen, Knochenzellen, Hautzellen, Hirnzellen, Gewebezellen, Blutzellen oder um Antikörper des Immunsystems handelt. Die Aminosäuren bilden also das grundlegende Baumaterial in unserem gesamten Organismus.



Über welche Eigenschaften verfügt es?

- MAP® ist ein zu **100% natürliches Lebensmittel** und hat eine **Bioverfügbarkeit (Verdaulichkeit) von 100%**
- MAP® wird aus gentechnikfreien Hülsenfrüchten gewonnen und enthält **keinerlei Zusatzstoffe oder Dopingsubstanzen**. Es ist **kein Medikament** und es gibt **keine Kontraindikationen**.
- MAP® liefert ein für das menschliche Ernährungsmuster **optimales Verhältnis der acht essentiellen Aminosäuren** L-Leucin, L-Valin, L-Isoleucin, L-Lysin, L-Phenylalanin, L-Threonin, L-Methionin, L-Tryptophan
- Die Aminosäuren von MAP® werden **nachweislich zu 99 % vom Organismus für die Neubildung von Zellen verwendet**, dies bedeutet, dass so gut wie **keinen (lediglich 1%) Stickstoffabbaugifte** (Amoniak, Harnstoff) enthält, der bei körperfremden Proteinen (Fleisch, Geflügel, Eier) anfällt und Leber und Nieren belastet.
- MAP® ist fast gänzlich **frei von Kalorien (nur 0,4 kcal in 10 Presslingen)** und führt Ihrem Körper dabei aber die gleiche Menge tatsächlich aufbauend, verwertbarer Aminosäuren zu wie 350g Fleisch, Fisch oder Geflügel.
- MAP® wird **innerhalb von 23 Minuten im Dünndarm komplett aufgenommen**. Es ist bereits aufgespalten und benötigt daher keinerlei Spaltenzyme. Die Übergangszeit üblicher Nahrungsproteine in den Körper dauert 5 bis 13 Mal länger. Außerdem hinterlässt MAP® keinerlei Verdauungsprodukte.



Für welche Zwecke kann MAP® genutzt werden?

- Umbau von Körperfett in Muskeln auf der Basis von physischer Aktivität (Sport)
- Stärkung und Straffung der Haut und des Körpergewebes
- Maximierung der Muskelkraft, Muskeldichte und Muskelumfang
- Maximierung der Ausdauerleistung
- schnellere Erholung nach physischer Aktivität und Stress (= Proteinkiller Nr. 1)
- Proteinversorgung von älteren Menschen, Schwangeren und stillenden Müttern sowie Kindern im Wachstum
- sportliche oder sonstige körperliche Belastung (z.B. Beruf) sowie Stressbelastung
- vegetarische oder vegane Lebensweise
- Gewichtsreduktion bei Vermeidung des JoJo-Effekts
- besondere diätetische Ernährungsprogramme
- Ergänzung bei Unverträglichkeit oder eingeschränkter Aufnahme und Verwertung von Nahrungseiweiß
- Aufbau von magerer Körper- und Gewebesubstanz bei Auszehrung (Krankheit, Unfall)

Wieso macht es Sinn MAP® bei der Gewichtsreduktion einzusetzen?

- um die Gewichtsabnahme zu maximieren
- um das Körpergewebe zu festigen und zu straffen (z.B. Haut, Muskeln)
- um Erscheinungen wie Hunger- oder Schwächegefühl, Kopfschmerzen durch Ketoazidose oder eine verringerte Libido zu vermeiden.
- um eine falsche Gewichtsabnahme (Verlust magerer Zellmasse = Muskelmasse, Immungewebe, Zellgewebe, Organgewebe) und damit die Gewichtswiederzunahme (Jojo-Effekt) zu verhindern

MAP® vs. Jojo-Effekt und warum es funktioniert:

Bei vielen Diäten wird die Eiweisszufuhr verringert, was eine negative Stickstoffbilanz (Proteinmangel) zur Folge hat. Die Unterversorgung an Proteinen führt zu einem Verlust von magerem Körpergewebe (Muskelmasse), und dadurch natürlich auch zu einer – leider falschen – Gewichtsreduzierung. Die Erhaltung unserer Muskeln verbraucht nämlich Energie. Wenn wir also unsere Muskelgewebe aufgrund einer Unterversorgung an Proteinen aufzehren, sinkt unser kalorischer Grundumsatz. Wird am Ende einer Diät dann wieder zu normalen Essgewohnheiten übergegangen, bedeutet dies erst Recht einen Überhang an Kalorien, die nicht verbraucht, dafür vermehrt als Fettgewebe eingelagert werden. Durch die Einnahme von MAP® als Nahrungsergänzungsmittel kann der Kannibalismus des Muskelgewebes verhindert werden, was wiederum dazu beiträgt, den Jojo-Effekt zu vermeiden.



Wie lange muss MAP® angewendet werden, bis erste Erfolge sichtbar werden?

Die ersten Erfolge werden bereits nach einer Woche regelmässiger Einnahme sicht- und spürbar. Der positive Effekt kann in Verbindung mit körperlicher Aktivität verstärkt werden. Hier ist ganz wichtig, dass der Körper gefordert aber nicht überfordert wird. Der Körper wird nur Muskeln aufbauen wenn er die Notwendigkeit (entsprechende Trainingsanreize) vermittelt werden und wenn ihm genügend Baumaterial (Protein resp. Aminosäuren) für den Muskelaufbau zur Verfügung steht.

Wie wird MAP® verwendet / dosiert?

MAP® sollte idealerweise ca. 30 Minuten vor der jeweiligen Mahlzeit eingenommen werden. Die Dosierung erfolgt nach individueller Rücksprache mit dem Therapeuten, im Rahmen der Zielvereinbarung und kann nicht pauschalisiert werden. Wichtig ist, dass darauf geachtet wird, dass nebst MAP® auch alle erforderlichen Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente im Ernährungsplan oder in Form von Zusatzpräparaten Berücksichtigung finden. Auch die Glyconnährstoffe, die in extremen LowCarb Diäten vernachlässigt werden, sind wichtig. Sie sind zwingend notwendig für die Versorgung unseres Gehirns. Obwohl nur 2% unserer Körpermasse, benötigt unsere Denkfabrik 20% an Energie durch essentielle Zucker. Ein Versäumnis dieser Nährstoffversorgung führt zur Verminderungen der Gedächtnisleistungen und zu Konzentrationsstörungen.

Fazit

Durch seine **aufbauende, regenerierende und regulierende Wirkung** ist MAP® nicht nur ein beliebtes diätetisches Lebensmittel, sondern auch eine echte Vorsorge für Gesundheit, Anti-Aging und nachhaltige Leistungsfähigkeit.

**„Konzentriere Deine Kraft nicht auf das Bekämpfen des Alten,
sondern darauf, das Neue zu formen.“**

Sokrates

