



P R E S S E M I T T E I L U N G

Konzelmann's Original: mit Low-Carb zur Goldmedaille

Die Olympischen Spiele in London stehen vor der Tür und etliche deutsche Sportler können sich berechnigte Medaillenhoffnungen machen. Viele Athleten setzen auf eine Low-Carb (wenig Kohlenhydrate) Ernährung, wie sie beispielsweise die Produkte von Konzelmann´s Original bieten.

Berlin / Weinstadt, 10. Juli 2012

Vom 27.07. bis 12.08. dreht sich in London alles um Gold, Silber und Bronze, denn die 30. Olympischen Sommerspiele stehen auf dem Programm. London ist schon zum dritten Mal Gastgeber für die Spiele, die dort auch schon 1908 und 1948 stattfanden. Während bei den letzten Olympischen Spielen in London die Ernährung eher eine untergeordnete Rolle spielte, geht insbesondere bei Leistungssportlern heute nichts mehr ohne einen genau ausgearbeiteten Ernährungsplan. Immer mehr Sportler setzen dabei auf eine Low-Carb-Ernährung und verzichten bewusst auf zu viele Kohlenhydrate.

Mit Low-Carb den Fettstoffwechsel optimieren

Eine Low-Carb-Ernährung regt den Körper dazu an, den Fettstoffwechsel zu optimieren und sich die benötigte Energie eher aus dem im Körper gespeicherten Fett zu beziehen, als aus den zu Glukose umgewandelten Kohlenhydraten. Insbesondere bei Ausdauersportarten können Athleten deutlich davon profitieren, denn die Kohlenhydrataufnahme, bzw. die Umwandlung in Glukose im Körper, ist begrenzt und stellt damit eine Limitierung für die Leistungsfähigkeit dar.

Low-Carb-Ernährung unterstützt auch die Gewichtsreduzierung

Aber nicht nur Spitzensportler profitieren von einer Low-Carb-Ernährung, auch im Bereich der diätischen Ernährung können mit Low-Carb Erfolge erzielt werden. Bekannte Ansätze für eine Low-Carb-Diät sind die Atkins-Diät, die Dukan-Diät oder die Ketogene Ernährung. Das Grundprinzip aller Ansätze besteht darin, den Stoffwechsel im Körper daraufhin zu trainieren, mit weniger Kohlenhydraten auszukommen und sich die benötigte Energie aus den Fettreserven zu ziehen.

Genetisch noch auf Steinzeit programmiert

Auch wenn der Begriff noch lange nicht erfunden war: Bereits unsere Urahnen, die Jäger und Sammler, ernährten sich nach dem Low-Carb-Prinzip. Auf ihrem Speiseplan standen kohlenhydratarme Lebensmittel wie Fisch, Fleisch, Nüsse und



Beeren. Erst mit dem Aufkommen des Ackerbaus vor rund 10.000 Jahren hielten verstärkt Kohlenhydrate Einzug als Bestandteil der Nahrung. Genetisch ist der menschliche Organismus in vielen Bereichen aber immer noch auf Steinzeit programmiert und hat daher mit einer kohlenhydratarmen Ernährung keine Probleme.

Fit und schlank mit Konzelmann's Original

Weniger Kohlenhydrate für ein gesünderes und vitaleres Leben: Eine bewusste Ernährung mit Low-Carb-Lebensmitteln unterstützt wirksam eine dauerhafte Gewichtskontrolle und trägt so dazu bei, Übergewicht zu vermeiden. Konzelmann's Original steht für hochwertige Low-Carb-Lebensmittel nach aktuellen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen. Zum Sortiment von Konzelmann's Original gehören Müsli, Backzutaten, Pizza-, Kuchen-, Brotbackmischungen und andere Produkte. Diese sind im Online-Shop unter konzelmanns.de oder im ausgewählten Handel erhältlich.

Weitere Informationen über Konzelmann's Original sowie die aktuellen Produkte und Rezepte sind im Internet unter <http://www.konzelmanns.de> abrufbar.

Verwendung honorarfrei, Beleghinweis erbeten 426 Wörter, 3.274 Zeichen mit Leerzeichen

Weiteres Pressematerial zu dieser Pressemitteilung:

Sie können im Online-Pressefach schnell und einfach weiteres Bild- und Textmaterial zur kostenfreien Verwendung downloaden:

<http://www.pr4you.de/pressefaecher/konzelmanns/>



Ansprechpartner für Rückfragen zu dieser Pressemitteilung:

(1) PR-Agentur PR4YOU

Ansprechpartner: Marko Homann, Holger Ballwanz

PR-Agentur PR4YOU
Schonensche Straße 43
D-13189 Berlin

Telefon: +49 (0) 30 43 73 43 43
Fax: +49 (0) 30 44 67 73 99
E-Mail: presse@pr4you.de
Internet: <http://www.pr4you.de>

(2) Konzelmann's Original

Ansprechpartner: Timo Konzelmann

Konzelmann's Original
Blumenstr. 9
D-71384 Weinstadt

Telefon: +49 (0) 7151 99 78 72
Fax: +49 (0) 7151 16 90 051
E-Mail: info@konzelmanns.de
Internet: <http://www.konzelmanns.de>

Hintergrundinformationen:

Über Konzelmann's Original

Eine gesunde Ernährung beginnt mit hochwertigen Lebensmitteln in der richtigen Zusammensetzung: Mehr Eiweiß, weniger Kohlenhydrate und hochwertige Zutaten. So lautet das Credo von Timo Konzelmann, dem Spezialisten für kohlenhydratreduzierte Ernährung aus dem schwäbischen Weinstadt.

Timo Konzelmann gründete sein Unternehmen Konzelmann's Original im Jahr 2005. Zunächst entwickelte der Ernährungsexperte kohlenhydratarme Brotbackmischungen und hochwertiges Low-Carb-Müsli ohne Zuckerzusatz. Mittlerweile versorgt Konzelmann's Original seine Kunden mit einer großen



Produktpalette, die unter anderem fertige Low-Carb-Produkte ebenso wie Back- und Teigmischungen für die kreative Küche umfasst.

Konzelmann's Original lässt seine Produkte ausschließlich von traditionellen Lebensmittelunternehmen in Deutschland herstellen. Bei der Entwicklung neuer Produkte orientiert sich Konzelmann's Original dazu an den Wünschen und Bedürfnissen seiner Kunden.

Im wachsenden Markt für Low-Carb-Lebensmittel steht Konzelmann's Original auch in Zukunft für „wenig Kohlenhydrate und hohe Qualität – made in Germany“.

Weitere Informationen über Konzelmann's Original sowie die aktuellen Produkte und Rezepte sind im Internet unter <http://www.konzelmanns.de> abrufbar.