



Be-Fit Diätkapseln 60 Stk.

Anwendung :

Zur Anregung der Darmtätigkeit und zur Gewichtsreduzierung.

Inhaltsstoffe :

Grüner Tee - Camellia sinensis

Grüner Tee ist seit Jahrtausenden ein hochgeschätztes Getränk in den asiatischen Ländern. Der Grüne Tee enthält wertvolle Polyphenole, Carotinoide, Flavonoide, Saponine, etherische Öle, Koffein, Antioxidantien wie die Vitamine A, B2, B12, C und E und viele Mineralien und Spurenelemente wie Aluminium (gegen Magenübersäuerung), Calcium (für Knochen und Zähne), Eisen (für Sauerstoffversorgung der Zellen), Fluor (für Knochenbau und gesunde Zähne), Kalium (für ausgeglichenen Zellstoffwechsel), Magnesium (für Knochen und Zellstoffwechsel), Mangan (vorbeugend gegen Osteoporose), Natrium (für Zellstoffwechsel), Phosphor (für Knochenbau und Energiestoffwechsel), Zink (für Immunabwehr, Wachstum und Haut). Er regt den Blutkreislauf an, erleichtert die Sauerstoffaufnahme der Organe, wirkt antibakteriell, fördert die körpereigenen Abwehrkräfte, wirkt als Radikalfänger, schützt vor schädlichen UV-Strahlen und wirkt regenerierend und ausgleichend. Grüner Tee wird auch als geistige Stimulanz geschätzt, er steigert die Konzentration und fördert die Ausdauer. Nach neueren Untersuchungen soll Grüner Tee sogar krebshemmend wirken.

Schwarzer Pfeffer - Piper Nigrum

Der Schwarze Pfeffer oder einfach Pfeffer (*Piper nigrum*) ist eine Pflanze aus der Familie der Pfeffergewächse (*Piperaceae*), deren Früchte ein durch das darin enthaltene Alkaloid Piperin scharf schmeckendes Gewürz liefern. Die Pfefferpflanze ist eine ausdauernde holzige Kletterpflanze, die an Bäumen emporwächst und rund zehn Meter hoch werden kann. Pfeffer ist auch ein überaus wirksames Heilmittel. So beschrieb bereits der griechische Arzt Dioskurides die „erwärmende, harntreibende, die Verdauung befördernde, reizende, zertheilende, die Verdunkelungen auf den Augen vertreibende Kraft.“ Pfeffer enthält neben ätherischen Ölen das Alkaloid Piperin, das für seine Schärfe sorgt. Ähnlich wie das Capsicum im Paprika verursacht Piperin einen Schmerzreiz, wodurch es zu einer vermehrten Produktion von Endorphinen kommt. Diese wirken als Glückshormone auch positiv auf unser Wohlbefinden. Nicht zuletzt wird Pfeffer wegen seiner durchblutungssteigernden Wirkung eine aphrodisierende Wirkung nachgesagt. Seit dem Altertum ist auch bekannt, daß er ebenfalls bei Blähungen hilft. Darüber hinaus wirkt er leicht fiebersenkend, entzündungshemmend und er reguliert den Wasserhaushalt des Darms.

Garcinia Cambogia - Malabar Tamarinde

Garcinia Cambogia ist ein bis zu 20m hoher, schlanker Baum, heimisch in Südostasien, der zur Familie der *Guttiferae* gehört. In seinen Heimatländern ist er auch als Malabar Tamarind oder Kokam bekannt und seine Fruchtschale wird seit Urzeiten für kulinarische Zwecke eingesetzt. Ein besonderer Wirkstoff in *Garcinia Cambogia*, die Hydroxycitronensäure (HCA), verlangsamt bei überschüssiger Kalorienzufuhr die Fettsäurebiosynthese. Des weiteren wurden appetitzügelnde Effekte durch ein sich schneller einsetzendes Sättigungsgefühl beobachtet. Chemisch handelt es bei der HCA um eine der Zitronensäure nahe verwandte Verbindung, ihr Vorkommen in der Natur unterscheidet sich aber erheblich: Die Zitronensäure kommt in fast allen Pflanzen vor und ist eine äusserst verbreitete Substanz, während die HCA nur in einigen wenigen Pflanzen nachgewiesen wird, u.a. in der *Garcinia Cambogia* und auch in einigen Hibiscus-Blüten. HCA wirkt als Enzyblocker und hemmt ein wichtiges Enzym im Fettstoffwechsel, das benötigt wird, um Kohlenhydrate in Fettsäuren umzuwandeln. HCA lagert sich an das Enzym ATP-Citrat-Oxalacetat-Lyase an und lähmt dadurch dessen Aktivität. Wenn die Mahlzeit mehr Kohlenhydrate enthält, als zur Zeit verbraucht werden können, werden diese nicht als Fett gespeichert, sondern statt dessen in Glykogen umgewandelt und in den Glykogenspeichern der Skelettmuskulatur und der Leber eingelagert. HCA verhindert so die Bildung von "Fettpölsterchen" und verbessert die sportliche Leistungsfähigkeit im Ausdauer- und Kraftausdauerbereich.

Dosierung:

2 mal täglich 2 Tabletten nach den Mahlzeiten (Morgens und Abends)

Aktive Inhaltsstoffe per Kapsel:

Green Tea

Piper nigrum Linn.

Garcinia Cambogia