Praxis für Ernährungsberatung
Dr. Gabriele Schilling
Diplom-Ernährungswissenschaftlerin

Low fat oder low carb?

Vor- und Nachteile unterschiedlicher Ernährungskonzepte

Ziel Kennenlernen von unterschiedlichen Ansätzen für Ernährungsempfehlungen

Dauer 90 Minuten

Inhalt Immer wieder kommen heiß diskutierte Ernährungskonzepte vor allem im Zusammenhang mit Gewichtsreduktion auf den Markt. Welche Überlegungen stecken hinter den Konzepten? Worin liegen die Stärken und Schwächen der Empfehlungen und für wen sind sie überhaupt geeignet?

- USA-Pyramide
- DGE/AID-Pyramide
- Willet-Pyramide
- Ludwig-Pyramide
- Logi-Pyramide
- Atkins-Pyramide
- Glyx-Diät
- Southbeach-Diät

Zielgruppe Multiplikatoren

Durchführung Vortrag & Gespräch

Voraussetzung Basiswissen über Ernährungskonzepte

Teilnehmerzahl mindestens 7

Dieses Angebot wurde unter www.eb-gs.de/display-angebot/98 gefunden.
Erstellt am 13.11.2026

Dr. Gabriele Schilling, Mittlere Str. 9/2, 71263 Weil der Stadt - Merklingen, Tel. 07033-390803
www.eb-gs.de g.schilling@beratung-ernaehrung.de