

---

## Eventvortrag Ernährung im POINT - Sports.Wellness.Club in Gerlingen

Veröffentlicht am: 17.10.2019, 16:48

Pressemitteilung von: **Ja Sport GmbH // Alexandra Sieber**

Der Eventvortrag "Artgerechte Ernährung - nie wieder Diät" mit Peter Hinojal verspricht eine neue Sicht auf unseren Körper mit garantiertem Aha-Effekt.

Für alle Personen, die bereits zahlreiche Diäten ausprobiert und bisher noch keine nennenswerten sowie anhaltenden Erfolge erzielt haben, bietet dieser Vortrag einen großen Mehrwert. Peter Hinojal schafft es, nüchterne Informationen auf anregende und leicht umsetzbare Weise zu präsentieren.

Artgerechte Ernährung charmant, humorvoll und spannend verpackt

"Nie wieder Diät" - ein Versprechen, das gehalten wird. Ein Abend, der mehr Event als Vortrag ist und auf charmante sowie spannende Weise erklärt, warum man sich die Strapazen jeder weiteren Diät ersparen kann. Peter Hinojal legt den Schwerpunkt darauf, leicht verständlich mit weit verbreiteten Ernährungsirrtümern aufzuräumen. Praxisbezüge spielen bei ihm eine große Rolle, weshalb er es schafft optimale Ernährungs- und Trainingsstrategien ohne Fachsprache und Medizinstudium zugänglich zu machen. Dabei dürfen natürlich auch wertvolle Ratschläge nicht fehlen, wie man mit typisch menschlichen Herausforderungen (beispielsweise Bequemlichkeit und Antriebslosigkeit) auf konstruktive Weise umgehen und zudem mühelos kleinen Alltagsversuchungen widerstehen kann.

Die Themen:

- Ernährungsirrtümer: verheerende Folgen für Gesundheit und Figur
- Artgerechte Ernährung - (Ur)gesund
- Die Evolution des Gehirns
- Der Jojo-Effekt - ein "festgefressenes" Programm
- Wie schlank ist schlank?
- ESS-Bewusst-Sein
- Mehr Fett verbrennen mit der richtigen Strategie
- Das beste Training für deine Gesundheit und Fitness
- ... und vieles mehr.

Der Referent Peter Hinojal

Peter Hinojal zählt zu den Meistern auf seinem Gebiet. Schließlich schaffen es nur wenige, ein ursprünglich trockenes Thema auf zugleich verständliche und mitreißende Weise zu vermitteln. Mit einem jahrzehntelangen Erfahrungsschatz als Seminarleiter, Personaltrainer, Ernährungs- und Fitnesscoach sowie Chefredakteur der Gesellschaft für Ernährungsforschung vermag er es, bei allen Fragen rund um die Themen Ernährung, Fitness und Diät Rede und Antwort zu stehen. Alles auf eine natürliche, gewohnt lockere und kurzweilige Art, die ihn bei seiner Zuhörerschaft so beliebt gemacht hat.

Der Eventvortrag im POINT in Gerlingen

Veranstaltungsort der Fitness-Club POINT - Sports.Wellness.Club, Dieselstraße 2 in Gerlingen. Beginn ist 19.00 Uhr (bis ca. 21.30 Uhr). Aufgrund der zu erwartenden großen Anfrage sowie der begrenzten Teilnehmerzahl wird um telefonische Anmeldung unter 07156 - 2 18 20 gebeten.

Der Eintritt für diesen informativen und unterhaltsamen Vortrag beträgt 5 Euro für Mitglieder und 8 Euro

für Nicht-Mitglieder. Für Mitglieder, die einen Gast mitbringen, ist der Eintritt frei.

Um die Schlacht am Kühlschrank zukünftig zu gewinnen, ist dieser Vortrag genau das Richtige.

POINT - Sports.Wellness.Club  
Dieselstr. 2  
70839 Gerlingen  
Tel. 0 71 56 / 2 20 20  
info@point-sports.de  
<http://www.point-sports.de/>

#### POINT - Sports.Wellness.Club - Premium-Fitness in Gerlingen

Auf über 6.000 m<sup>2</sup> Fitness, Wellness und Gesundheitstraining in angenehmer Atmosphäre, mit modernsten Geräten und individueller Betreuung erleben. Im POINT steht der Mensch mit seinen persönlichen Zielen im Mittelpunkt. Egal, ob man ein paar Pfunde abnehmen, den Körper straffen und kräftigen oder allgemein etwas für die eigene Fitness und Gesundheit tun möchte: Der POINT - Sports.Wellness.Club beeindruckt nicht nur mit Trainern, die mit den Mitgliedern gemeinsam die Zielerreichung im Auge behalten, sondern auch mit einem sehr großen und abwechslungsreichen Angebot. Für jeden Anspruch wird das passende Programm angeboten. Beispielsweise ein einfaches und sicheres, chipkartengesteuertes Zirkeltraining, Spaß und Motivation in der Gruppe in mehr als 380 Kursen pro Monat oder einfach nur Entspannung im großzügigen Wellnessbereich. Und das Ganze an 365 Tagen im Jahr mit Öffnungszeiten von 06.00 - 24.00 Uhr. Der POINT - Sports.Wellness.Club steht seit 30 Jahren für Qualität, Gesundheit, Wellness und Wohlbefinden. Am besten man überzeugt sich selbst.

---

## Pressekontakt

Frau Alexandra Sieber  
Marketing und Event Manager

**Ja Sport GmbH**  
Dieselstraße 2  
70839 Gerlingen, Deutschland

Telefon: 0715622020  
E-Mail: [alexandra.sieber@point-sports.de](mailto:alexandra.sieber@point-sports.de)  
Website: <https://www.point-sports.de/>

### Firmenportrait

POINT - Sports.Wellness.Club - Premium-Fitness in Gerlingen

Auf über 6.000 m<sup>2</sup> Fitness, Wellness und Gesundheitstraining in angenehmer Atmosphäre, mit modernsten Geräten und individueller Betreuung erleben. Im POINT steht der Mensch mit seinen persönlichen Zielen im Mittelpunkt. Egal, ob man ein paar Pfunde abnehmen, den Körper straffen und kräftigen oder allgemein etwas für die eigene Fitness und Gesundheit tun möchten: Der POINT - Sports.Wellness.Club in Gerlingen beeindruckt nicht nur mit Trainern, die mit den Mitgliedern gemeinsam die Zielerreichung im Auge behalten, sondern auch mit einem sehr großen und abwechslungsreichen Angebot. Für jeden Anspruch wird das passende Programm angeboten. Beispielsweise ein einfaches und sicheres, chipkartengesteuertes Zirkeltraining, Spaß und Motivation in der Gruppe in mehr als 380 Kursen im Monat oder einfach nur Entspannung im großzügigen Wellnessbereich. Und das Ganze an 365 Tagen im Jahr mit Öffnungszeiten von 06.00 - 24.00 Uhr. Der POINT - Sports.Wellness.Club steht seit für Fitness, Qualität, Gesundheit, Wellness und Wohlbefinden. Am besten man überzeugt sich selbst.

### Wichtiger Hinweis:

Für diese Pressemitteilung sowie das Bild- und Tonmaterial ist allein der jeweils angegebene Herausgeber verantwortlich. In der Regel ist dieser der Urheber der Presstexte sowie der angehängten Bild und Informationsmaterialien. Das TRENDKRAFT-Pressportal ist für den Inhalt dieser Pressemitteilung nicht verantwortlich und übernimmt keine Haftung für die Korrektheit oder Vollständigkeit der dargestellten Meldung. Die Nutzung von hier archivierten Informationen zur Eigeninformation und redaktionellen Weiterverarbeitung ist in der Regel kostenfrei. Vor der Weiterverwendung sollten Sie allerdings urheberrechtliche Fragen mit dem angegebenen Herausgeber klären. Eine systematische Speicherung dieser Daten sowie die Verwendung auch von Teilen dieses Datenbankwerks sind nur mit schriftlicher Einwilligung durch das TRENDKRAFT-Pressportal gestattet.

Des Weiteren beachten Sie bitte unseren Haftungsausschluss unter: <https://trendkraft.io/haftungsausschluss>