

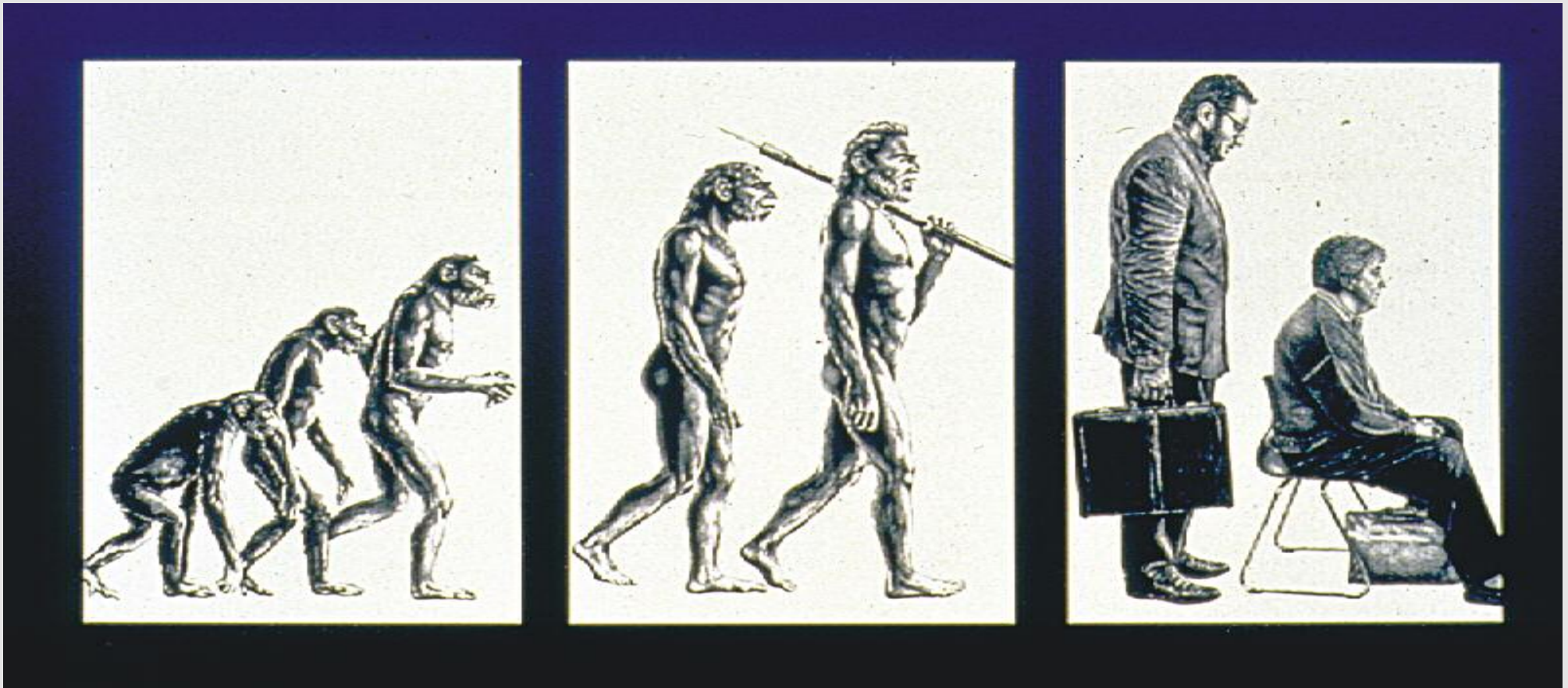


Herzlich Willkommen bei BeckerCoaching

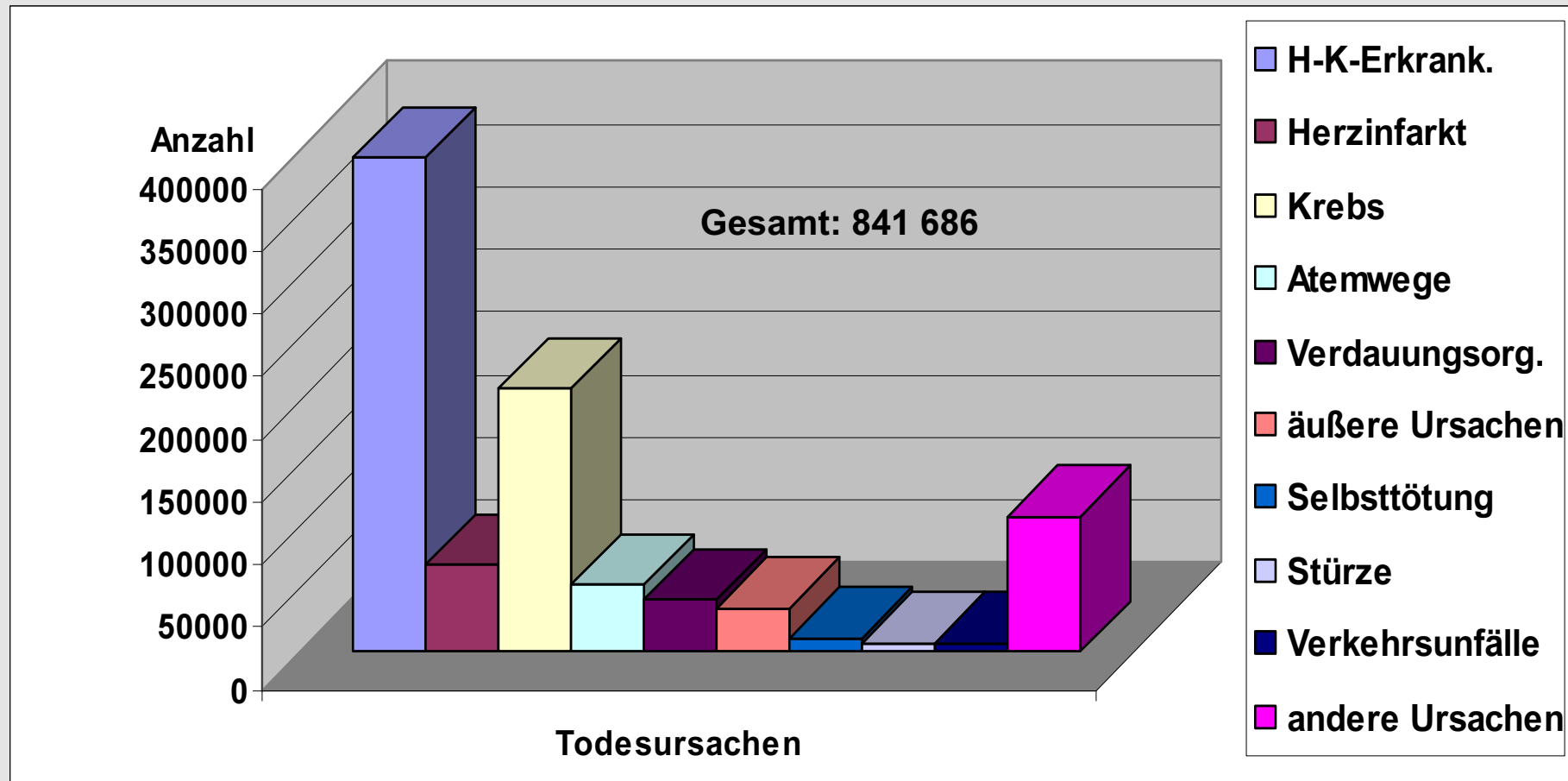
„20 Jahre 40 sein!“

**Richtiges Training, die beste
Medizin der Gegenwart!**

Die Evolution des Menschen vom Vierbeiner zum „Homo sessilis“



Todesursachen 2002 in Deutschland



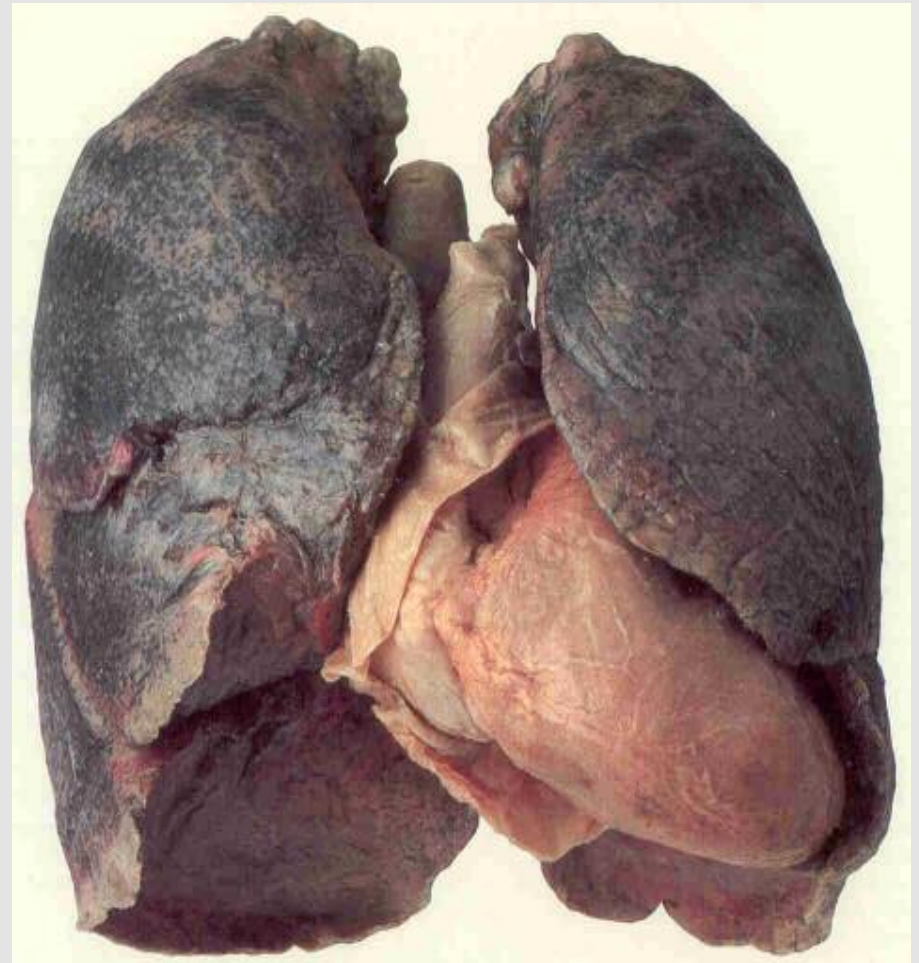
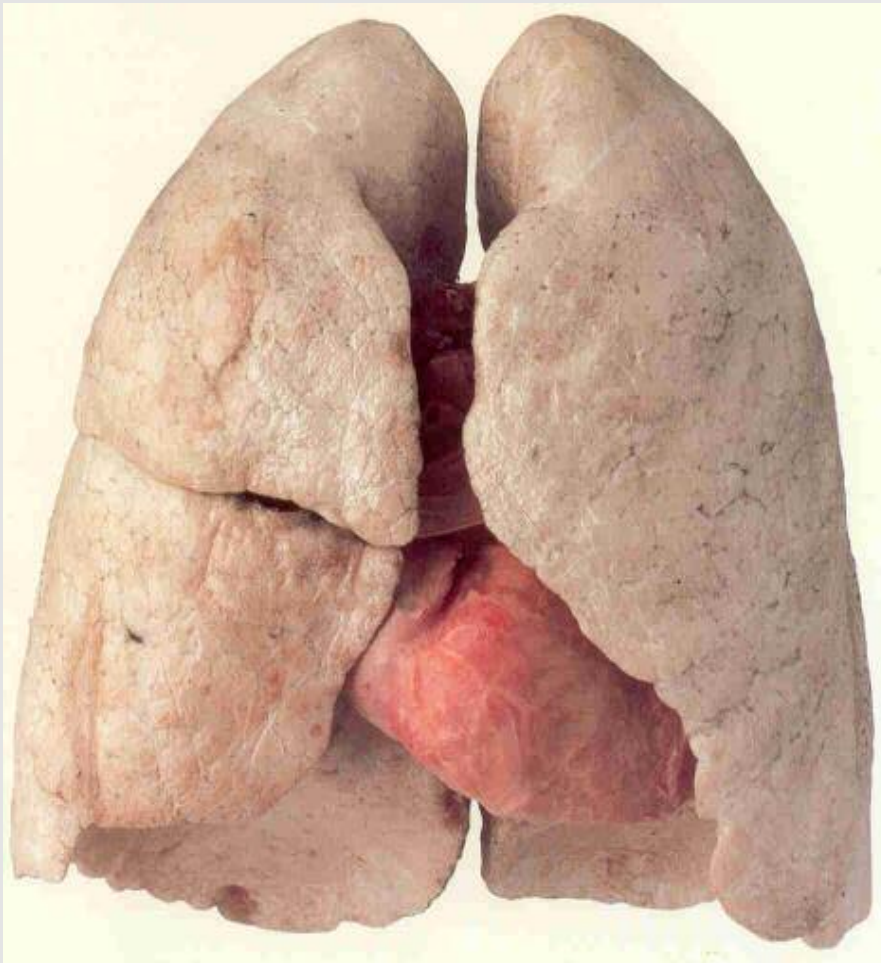
H-K-Erkrankungen pro Jahr: 393 778
davon 69 274 Herzinfarkte

Externe Risikofaktoren

- Bewegungsmangel
- falsche Ernährung
- Übergewicht
- Alkohol- und Nikotinmissbrauch
- unausgeglichene Lebensweise mit Stress



Externer Risikofaktor: (am Beispiel Rauchen) Das führt zu einer Raucherlunge!



Win : Win - Situation

