

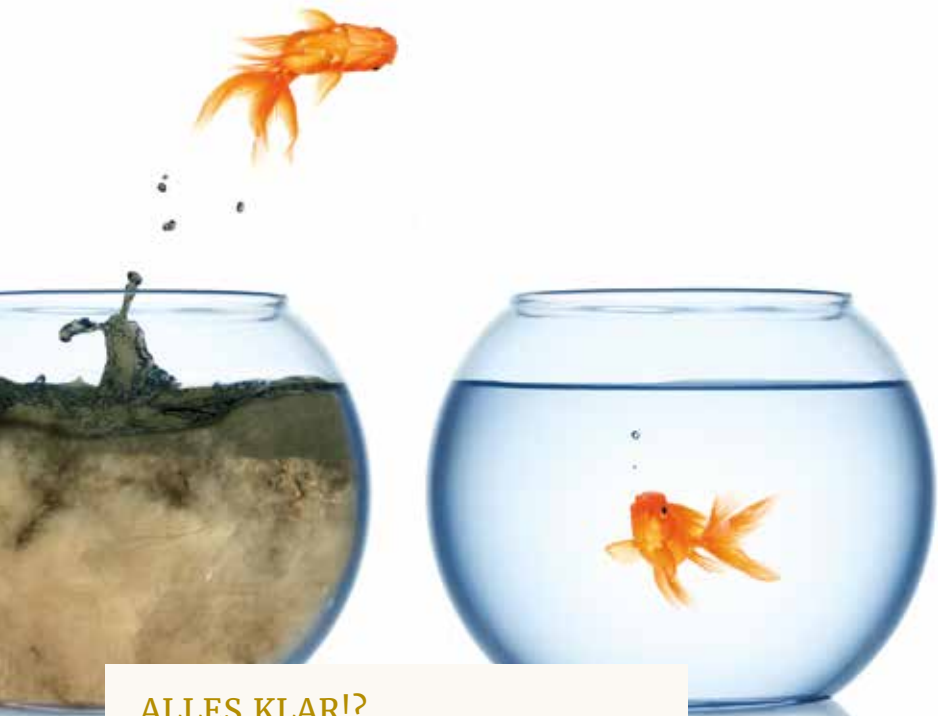


ELZLAND
HOTEL PFAUEN

★ ★ VITALIS & SPA ★ ★



ZRT[®] - ZELLBIOLOGISCHE REGULATIONSTHERAPIE



ALLES KLAR!?

In welchem Wasser sind die Überlebenschancen von Zellen größer? Bei der ZRT® kümmern wir uns um Ihre saubere und klare Zellumgebung. Ihr Körper dankt es Ihnen mit langer Vitalität und Gesundheit.

GESUNDHEIT: UNSER HÖCHSTES GUT

Jeder von uns möchte so lange wie möglich gesund bleiben. Die Chancen dafür stehen heute sehr gut, wenn sich jeder Einzelne aktiv in die Erhaltung seiner Gesundheit einbringt. Jeder Mensch entscheidet für sich selbst, ob er eigenverantwortlich Zivilisationskrankheiten vorbeugen möchte.

ZIVILISATIONSKRANKHEITEN: VORBEUGEN UND HEILEN

Die chronischen Zivilisationskrankheiten wie Arthrose, Osteoporose, Bluthochdruck, Diabetes, Alzheimer etc. gehören zum großen Spektrum der Erkrankungen, welche unsere Gesundheit gefährden. Als Hauptursache gelten nachweislich viele Eigenheiten der heutigen Lebensweise, wie z. B. Bewegungsmangel, Fehl- und Überernährung, Dauerstress, Belastung durch Schadstoffe.

DER SCHLEICHENDE PROZESS

Wir alle unterliegen den Veränderungen unserer modernen Lebensführung bereits lange, bevor die Zivilisationskrankheiten zu Tage treten. Eine ungesunde Lebensweise führt zu schleichenden Veränderungen im Körper, die zunächst längere Zeit unbemerkt bleiben können. Oft kommt es erst nach einigen Jahren zu eindeutigen Veränderungen in den Laborwerten des Blutes und Auffälligkeiten in der apparativen Diagnostik und bei der körperlichen Untersuchung.

Anfänglich erleiden wir eher unspezifische Symptome wie vermehrte Müdigkeit, mangelnder Antrieb, depressive Verstimmung, schmerzhaft Beschwerden oder Vitalitätsverlust.

CHRONISCH KRANK BEDEUTET: „KEINE HEILUNG“

Die Bezeichnung „chronisch“ bedeutet, dass die Zivilisationskrankheiten als nicht heilbar eingestuft werden und es mit dem Fortschreiten der Krankheit immer mehr zu einer Verschlechterung des Gesundheitszustandes des Betroffenen kommt. Sicherlich ist die Heilung einer chronischen Zivilisationserkrankung ab einem bestimmten Schweregrad kaum mehr möglich. In diesem Stadium können nur noch eine Reduzierung der Beschwerden und eine Verbesserung der Lebensqualität erreicht werden.

WAS GESCHIEHT IN DIESER ZEIT, IN DER NUR UNSPEZIFISCHE SYMPTOME IM KÖRPER AUF DEN AUSBRUCH EINER KRANKHEIT HINWEISEN?

Die zellbiologische Betrachtungsweise kann auf diese Fragen wegweisende Antworten geben, da sie die vitalen Zusammenhänge im Mikrobereich der Gewebe berücksichtigt.

„WIR ENTSTAMMEN EINER EINZIGEN ZELLE“

Das Leben eines Menschen beginnt exakt mit einer einzigen Eizelle, die sich nach der Befruchtung fortwährend teilt. Durch die Teilung und Spezialisierung der Zellen entstehen nach wenigen Wochen Gewebe, die sich zu Organen zusammenschließen und das werdende Kind gestalten. Der Organismus eines erwachsenen Menschen besteht aus etwa 80 Billionen Zellen, die durch ihre Vitalität und ihre harmonische Zusammenarbeit eine wesentliche Grundlage unserer Gesundheit darstellen. Alle unsere Fähigkeiten wie Denken oder Bewegen resultieren immer aus Leistungen von vitalen Zellen. Die Gesamtvitalität und das gesamte Leistungsvermögen des Menschen basiert somit immer auf der Grundlage energetisch gut versorgter und gut funktionierender Zellen.

BAUSTEINE DER ZELLBIOLOGISCHEN REGULATIONSTHERAPIE IM ELZLAND HOTEL PFAUEN

*Unsere Spezialität:
Ihr Wohlbefinden*



ERNÄHREN

- frisch, nährstoffreich,
ausgewogen z. B. durch
- vollwertige regionale Produkte
 - genussvolle Basenkost
 - Low Carb
 - ausreichend trinken

ENTGIFTEN

- entsorgen kommt vor versorgen
z. B. durch
- basische Bäder und Lymphdrainage
 - Sauna und Tiefenwärme
 - ausgewogener Säure-/Basenhaushalt
 - Darmsanierung

ENTSPANNEN

- loslassen und wahrnehmen
z. B. durch
- Schweben im Solebad (Floating)
 - Massage
 - Entspannungsübungen wie Yoga
 - Klangreisen und Meditation
 - Biomechanische Stimulation (BMS)

BEWEGEN

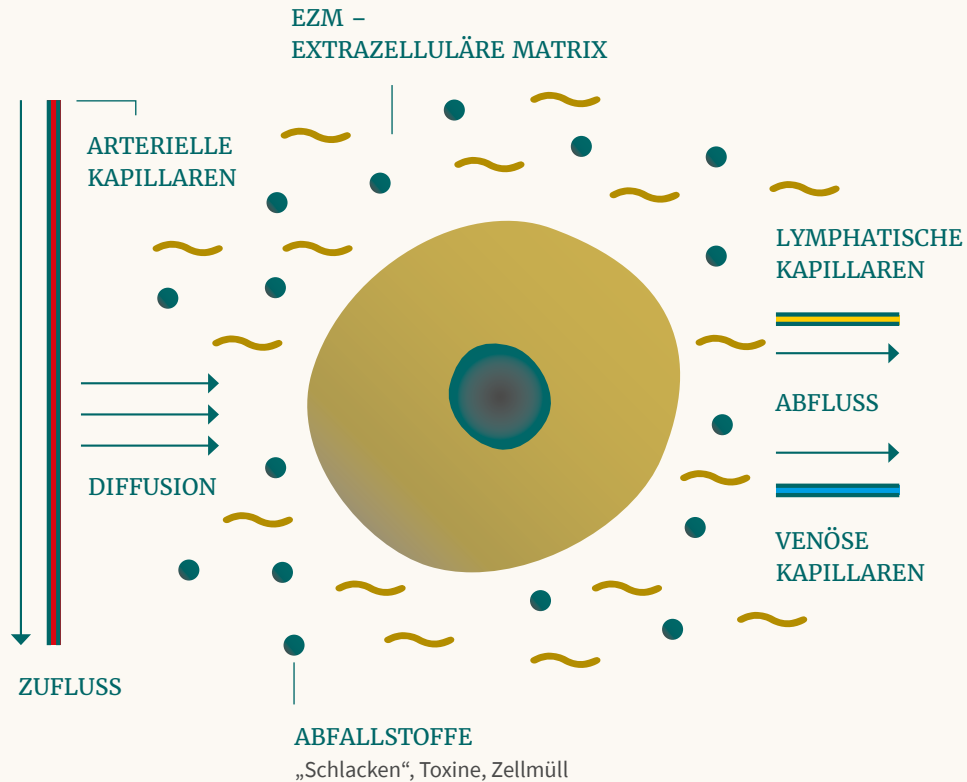
- loslegen und in Schwung kommen
z. B. durch
- Fitness mit und ohne Coach
 - BMS (Biomechanische Stimulation)
 - Wandern, Mountainbiken und frische Luft tanken



AUFBAUEN

- vitalisieren und stärken
z. B. durch
- Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente
 - Coaching
 - Workshops, Seminare, Ernährungsberatung

SCHEMATISCHE DARSTELLUNG DER ZELLE UND IHRER MATRIX



UNSERE „INNERE UMWELT“: DIE EXTRAZELLULÄRE MATRIX

Die extrazelluläre Matrix ist ausgeklügelt und komplex aufgebaut und je nach Organ unterschiedlich gestaltet. Die Menge und Art der eingelagerten Fasern, der Grundsubstanz und der Flüssigkeit in der extrazellulären Matrix variieren je nach Organ erheblich. Das Grundprinzip der Zelle und ihre extrazelluläre Matrix finden sich aber bei jeder einzelnen Zelle unseres Körpers.

Insgesamt umfasst die gesamte extrazelluläre Matrix ein Volumen von etwa 20 Litern, in dem sich Nährstoffe, Vitamine, Mineralien, Spurenelemente, Hormone und ebenso Abfallprodukte befinden. Bei einem Menschen mit einem Körpergewicht von 60 Kilogramm macht die extrazelluläre Matrix (EZM) nahezu ein Drittel des Gesamtgewichtes aus.

In der Naturheilkunde wurde diesem Raum schon immer eine große Bedeutung zugemessen, wohingegen er in der Schulmedizin bis heute als der „vergessene Körperteil“ gilt. Naturheilkundliche Ärzte und Heilpraktiker sind jedoch der Meinung, es sei dringend an der Zeit, dass die Zelle im Kontext mit ihrer extrazellulären Matrix in der Medizin eine angemessene Beachtung findet.

DIE ERNÄHRUNG UNSERER ZELLEN

Schon lange weiß man, dass in unserem Organismus an keiner Stelle eine Blutkapillare (= winziges Blutgefäß) unmittelbar eine Zelle berührt. Über die arteriellen Blutgefäße werden Nährstoffe und Sauerstoff im Körper verteilt und letztlich die extrazelluläre Matrix mit diesen lebenswichtigen Stoffen angereichert. Aus ihrer unmittelbaren Umgebung schöpft die Zelle dann ihre lebensnotwendigen Substanzen. Die Zelle ernährt sich also aus ihrer extrazellulären Matrix (EZM) und gibt die Endprodukte ihres Stoffwechsels in diese ab.



**„An keiner Stelle des Körpers berühren
die Kapillaren unmittelbar die Zellen.“**

C. B. Reichert, 1845

ENTSORGUNG KOMMT VOR DER VERSORGUNG

Über die extrazelluläre Matrix erfolgt also die Entsorgung der Stoffwechselrückstände, welche dann über die lymphatischen und die venösen Kapillaren weiter transportiert werden. Dieser Abtransport sorgt für die Reinigung der extrazellulären Matrix. Nur dann bleibt sie durchgängig und neue Stoffe können wieder zur Zelle gelangen. Die Funktions- und Leistungsfähigkeit der Zelle hängt von dieser Mikrozirkulation ab. Über diese bezieht sie ihre lebenswichtigen Stoffe, wobei die ausreichende Zufuhr abhängig ist von der regelmäßigen Abfuhr. Vereinfacht kann man sagen: „Es kann nur Neues nachfließen, wenn das Alte abtransportiert wurde.“

DIE „VERSCHLACKUNG“ DER EXTRAZELLULÄREN MATRIX (EZM)

Natürlich gibt es keine „Schlacken“ im eigentlichen Sinne. Es ist ein bildhafter Sammelbegriff für Endprodukte des Stoffwechsels der Zellen, für chemische Substanzen, Schwermetalle und Zellerfallsprodukte in der EZM. Sie alle müssen aus der EZM entsorgt werden, sonst wird die Ernährung der Zellen durch die Verschmutzung zunehmend eingeschränkt und ein Überleben der Zelle ist nicht gesichert. Geeignete Maßnahmen zur Entschlackung, Entgiftung oder Ausleitung machen also durchaus einen Sinn.



WIE LÄSST SICH DIE EXTRAZELLULÄRE MATRIX SAUBER HALTEN?

Körperliche Bewegung pumpt die Flüssigkeit aus der EZM über die venösen und lymphatischen Kapillaren ab und spült so die „Abfallstoffe“ weg. Also sollten wir uns täglich ein ausreichendes Maß an Bewegung vornehmen. Mit der Ernährung und mit den Genussgiften entscheiden wir selbst, wie viele toxische Belastungen wir in der EZM ansammeln. Wir benötigen also eine Lebensführung, welche die EZM für unsere Zellen lebensdienlich erhält.

ZRT® – ZELLBIOLOGISCHE REGULATIONSTHERAPIE

Alle Faktoren, die auf das biologische System der „Zelle und ihre extrazelluläre Matrix“ einwirken, gilt es zu berücksichtigen. Bei der ZRT®- Zellbiologischen Regulationstherapie kümmern wir uns speziell um die Extrazelluläre Matrix, damit Ihre Zellen sich genauso fit und vital fühlen, wie der Fisch im klaren (statt trüben) Wasser.

Nach einer ärztlichen Konsultation und Beratung können Sie alle Maßnahmen und Programme für eine erfolgreiche ZRT®-Behandlung direkt im Anschluss unter Anleitung geschulter und kompetenter Mitarbeiter des Vitalis Gesundheitszentrum selbständig umsetzen.



„Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für die Gesundheit aufbringt,
muss eines Tages mehr Zeit für die Krankheit opfern.“

Sebastian Kneipp (1821–1897)

IHRE ZELLEN ATMEN AUF

Verbessern Sie bei der ZRT®- Zellbiologischen Regulationstherapie die Umgebung Ihrer Zellen, damit diese aufatmen können und wieder mit voller Kraft ihre Aufgaben erfüllen. Sie fühlen sich gesünder, sind leistungsfähiger und voller Energie. Die ZRT® ist biologisch und wissenschaftlich fundiert und individuell auf Sie abgestimmt.

URLAUB MIT NACHKLANG – IM ELZLAND HOTEL PFAUEN

Im Urlaub ist es leichter, einen guten Vorsatz zu starten als im Alltag, denn wir im ElzLand Hotel Pfauen sorgen für genügend Ruhe, Muße, Genuss und Abwechslung. Hier haben Sie Zeit, an sich zu denken – das alles im Urlaub und in einer der reizvollsten Naturlandschaften des Schwarzwalds mit all ihren Vorzügen und ausgezeichneter Luft.



„Nimm deine Gesundheit in die eigene Hand“



*„Nehmen Sie sich Zeit.
Wir schenken Ihnen unsere.“*



ElzLand Hotel Pfauen

Pfauenstraße 6 · 79215 Elzach - Oberprechtal · Tel. +49 (0)7682 - 94 79 10
info@elzland-hotel-pfauen.de · www.elzland-hotel-pfauen.de
Geschäftsführer: Hans Karl Herr · Amtsgericht Freiburg HRB 713718