

Zertifikat

Manuela Lerch

geboren am 20.05.1968

Teilnehmer-ID: 23788



Frau Lerch das Web Based Training

Ketogene Ernährung

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 2)

mit Erfolg abgeschlossen.

31.01.2022 bis 12.02.2022 (36 Zeit-Std.)

Inhalte: Abgrenzung von Keto zu Low Carb und die Bedeutung für die Beratung - Entstehungsgeschichte der ketogenen Ernährung - Stoffwechsellzustand Ketose - Der Einstieg in die ketogene Diät - Die verschiedenen ketogenen Diätformen und ihre Umsetzung - Klassische ketogene Diät - MCT-Diät - Low-Glycemic-Index-Therapie (LGIT) - Modifizierte-Atkins-Diät (MAD) - Kontraindikationen und Nebenwirkungen - Diätetische Supplemente mit Ketonkörpern - Checkliste für Ernährungsberatungen - Ketogene Ernährung als Reduktionsdiät - Ketogene Diät bei medikamentenresistenter Epilepsie - Ketogene Ernährung bei seltenen angeborenen Stoffwechselerkrankungen - Ketogene Diät bei Krebs - Ketogene Ernährung und Sport

Backnang, 15. Februar 2022

TOBIAS WENNINGER
Geschäftsführer

SIMONE WENNINGER
Leitung Pädagogik

STEFFEN LÜDCKE
Leitung Bildungsberatung

OLIVER HEGEDIS
Leitung Teilnehmerbetreuung

Certificate

Manuela Lerch

born on 20.05.1968
Participant ID: 23788



Ms. Lerch has successfully completed the state-certified accredited distance learning course to become a

Nutrition C-License

Meets DIN 33961 (Level 2)



with the grade 1.7

29.09.2021 to 26.01.2022 (112 hours)

Contents: General principles - Path of nutrition through the body - Nutritional and performance physiological basics - Determination of body composition - Energy content and supply recommendations – Carbohydrates – protein - Fats and fat-like substances – Vitamins – Mineral nutrients – Secondary phytochemicals – Water

Backnang, 18. February 2022

TOBIAS WENNINGER
Geschäftsführer

SIMONE WENNINGER
Leitung Pädagogik

STEFFEN LÜDCKE
Leitung Bildungsberatung

OLIVER HEGEDIS
Leitung Teilnehmerbetreuung

Certificate

Manuela Lerch

born on 20.05.1968
Participant ID: 23788



Ms. Lerch has successfully completed Web Based Training on

Ketogenic Diet

Meets DIN 33961 (Level 2)

31.01.2022 to 12.02.2022 (36 hours)

Content: Differentiation of the keto diet to the low carb diet and the importance of consultation - The origins and history of the ketogenic diet - Ketosis metabolic state - Starting the ketogenic diet - The different ketogenic diets and how to apply them - Classic ketogenic diet - MCT diet - Low glycaemic index therapy (LGIT) - Modified Atkins diet (MAD) - Contraindications and side effects - Dietary supplements with ketone bodies - Checklist for advice on nutrition - Ketogenic diet as a weight reduction diet - Ketogenic diet for drug-resistant epilepsy - Ketogenic diet for rare congenital metabolic diseases - Ketogenic diet for those with cancer - Ketogenic diet and sports

Backnang, 18. February 2022

TOBIAS WENNINGER
Geschäftsführer

SIMONE WENNINGER
Leitung Pädagogik

STEFFEN LÜDCKE
Leitung Bildungsberatung

OLIVER HEGEDIS
Leitung Teilnehmerbetreuung

Zertifikat

Manuela Lerch

geboren am 20.05.1968

Teilnehmer-ID: 23788



Frau Lerch hat das staatlich geprüfte und zugelassene Fernstudium

Ernährung C-Lizenz

Erfüllt DIN-Norm 33961 (Niveau 2)



mit der Note 1,7 erfolgreich abgeschlossen.

29.09.2021 bis 26.01.2022 (112 Zeit-Std.)

Inhalte: Allgemeine Grundlagen - Weg der Nahrung durch den Körper - Ernährungs- und Leistungsphysiologische Grundlagen - Bestimmung der Körperzusammensetzung - Energiegehalt und Zufuhrempfehlungen – Kohlenhydrate – Eiweiß - Fett und fettähnliche Stoffe – Vitamine – Mineralstoffe – Sekundäre Pflanzenstoffe – Wasser

Backnang, 27. Januar 2022

TOBIAS WENNINGER
Geschäftsführer

SIMONE WENNINGER
Leitung Pädagogik

STEFFEN LÜDCKE
Leitung Bildungsberatung

OLIVER HEGEDIS
Leitung Teilnehmerbetreuung