

# Herzlichen Glückwunsch!

Du hast den ersten wichtigen Schritt getan, um deinen Wunschkörper Realität werden zu lassen.

Mit diesem Report kannst du gezielt deinen Oberkörper in Form bringen und lästiges Brust- und Bauchfett endlich loswerden.

## Du erfährst in diesem Report:

- ✓ Warum Sport und gesunde Ernährung nicht ausreichen, um einen schlanken Bauch und eine flache Brust zu bekommen
- ✓ Welche 3 Faktoren nötig sind, um sich oberkörperfrei am Strand oder im Schwimmbad mit einem guten Gefühl zeigen zu können
- ✓ Wie dir einfache Veränderungen im Alltag und bei der Ernährung dabei helfen, Männerbrüste und hartnäckiges Bauchfett dauerhaft loszuwerden, sodass du dich in engen Shirts wieder wohlfühlst

## **Was ist der Grund für Männerbrüste und hartnäckiges Bauchfett bei Männern?**

Mit dieser Frage beschäftige ich mich schon seit über 10 Jahren und als ich mir vor einiger Zeit eine Reportage über das Woodstock Festival aus den 60er Jahren angeschaut habe (bei dem so gut wie alle Männer einen freien Oberkörper hatten) ist mir etwas Interessantes aufgefallen:

Von diesen abertausenden Männern, hatten alle einen flachen Oberkörper und es war kein Anzeichen einer weiblich aussehenden Männerbrust zu sehen!

### **Ist das nur Zufall oder steckt vielleicht doch mehr dahinter?**

Tatsächlich ist es so, dass sich unsere Umwelt, unsere Lebensmittel und die Produkte und Gegenstände mit denen wir Tag für Tag in Kontakt kommen in den letzten Jahrzehnten stark verändert haben.

Wahrscheinlich fragst du dich jetzt, was das alles mit dem Thema Männerbrüste zu tun hat?

Die Ursache für das Brustwachstum beim Mann, hat unmittelbar mit der hormonellen Situation im Körper zu tun - genauer gesagt mit dem Verhältnis von Östrogen zu Testosteron.

## **Das wirklich spannende und zugleich erschreckende daran:**

All diese Veränderungen in unserer Umwelt beeinflussen unsere Hormone und sorgen dafür, dass das Gleichgewicht zwischen Östrogen und Testosteron aus den Fugen gerät, was für uns Männer schwerwiegende Folgen haben kann.

*Dies konnte in einer Studie aus dem Jahr 2009 belegt werden, die gezeigt hat, dass die Spermienzahl bei Männern seit 1938 um 50% gesunken ist. Mit anderen Worten hatten unsere Großväter noch doppelt so viel Testosteron im Körper als wir heutzutage.*

Somit wird einem auch klar, dass die Feminisierung der Männerwelt, in den letzten Jahrzehnten, kein Zufall oder einfach nur eine Modeerscheinung ist, sondern auf die Veränderung unseres hormonellen Gleichgewichts zurück zu führen ist.

Aus diesem Grund konnten deine bisherigen Versuche, dass hartnäckige Fett loszuwerden, auch gar nicht funktionieren, da hartnäckige Fetteinlagerung das Ergebnis einer schlechten Hormonsituation sind.

Um hier eine sichtbare Veränderung bewirken zu können, musst du verstehen, dass du bis jetzt immer nur versucht hast, die Symptome zu bekämpfen, jedoch nicht die eigentliche Ursache hinter dem Brustwachstum und der hartnäckigen Fetteinlagerung.

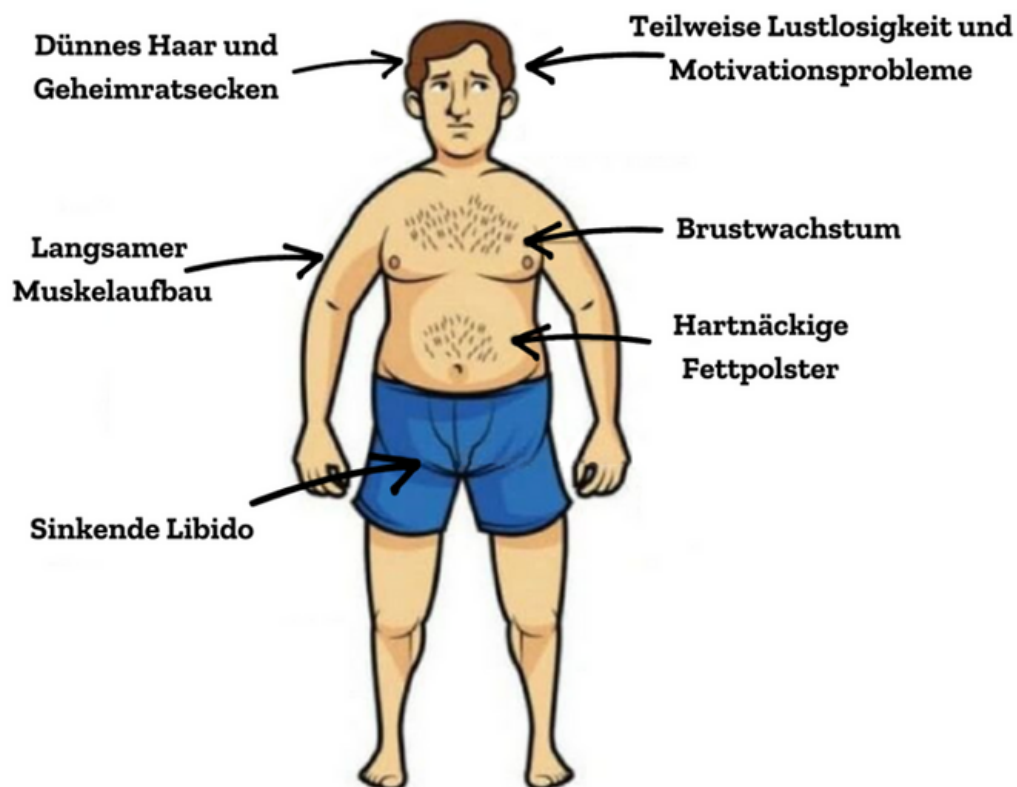
## Doch was bedeutet das genau?

Den Begriff Hormone kennen wir alle, doch nur die Wenigsten wissen, dass wir durch unsere moderne Lebensweise dafür sorgen, dass sich Östrogen (das weibliche Hormon) dauerhaft in unserem Körper ausbreitet und in den letzten Jahrzehnten bei uns Männern extrem angestiegen ist.

Dieses Ungleichgewicht bringt eine Menge an negativen Eigenschaften mit sich und ist der Grund dafür, dass es vielen Männern in bestimmten Situationen an Selbstbewusstsein mangelt, sie sich gegenüber anderen nicht durchsetzen können und ihnen oftmals die Motivation fehlt.

Doch das hormonelle Ungleichgewicht wirkt sich nicht nur negativ auf die Psyche aus, sondern beeinflusst auch unser Aussehen.

Aus diesem Grund haben Männer, mit einer **schlechten Hormonbilanz** häufig mit den folgenden Symptomen zu kämpfen:



Wenn dir diese Probleme bekannt vorkommen, dann hast du wahrscheinlich schon viel versucht, um deine Situation zu ändern.

Du hast im Internet nach Lösungen und Strategien gesucht und bist jetzt immer auf vermeintliche „Experten“ gehört.

Aber das hat es meist nur schlimmer gemacht....

Denn entweder haben diese Lösungen nicht funktioniert und du hast nur deine Zeit (und oft auch dein Geld) verschwendet...

...Oder sie haben funktioniert, aber nur kurzfristig.

Und nach dem kurzen Erfolg warst du wieder am gleichen Punkt, mit den gleichen Herausforderungen, wie vorher.

Und jetzt steckst du immer noch in derselben Situation fest und kommst nicht voran.

**Das heißt, du musst etwas grundlegend ändern, sonst verschwendest du weiter deine Zeit und dein Geld.**

Aber wie kannst du das erreichen?

Wie schaffst du es, deinen Oberkörper in Form zu bekommen und all die negativen Auswirkungen einer schlechten Hormonsituation umzukehren?

Das werde ich dir gleich Schritt-für-Schritt verraten...

Doch vorher ist es wichtig zu wissen, warum du bis jetzt durch Sport und Diät nicht die gewünschten Ergebnisse erzielen konntest:

## **Warum Sport und gesunde Ernährung nicht ausreichen**

Mit Sport und gesunder Ernährung alleine, wirst du diese Veränderungen nicht erzielen können, denn solange deine hormonelle Situation nicht optimiert ist, kannst du noch so viel Sport treiben oder dich gesund ernähren, du wirst die hartnäckigen Fettpolster nicht loswerden können.

## **Das Interessante daran: Du kannst deine Hormone gezielt beeinflussen!**

Tatsächlich beeinflusst du deine Hormone bereits Tag für Tag, ohne es überhaupt bewusst wahrzunehmen:

- ▶ Kommst du manchmal mit Plastikflaschen in Berührung?
- ▶ Nimmst du im Supermarkt den Kassenzettel oder Pfandbon in die Hand?
- ▶ Nutzt du vielleicht eine Teflon beschichtete Pfanne?

In all diesen Produkten befinden sich chemische Stoffe, die sich negativ auf deine Hormone auswirken (sog. Xenoöstrogene)

Mittlerweile gibt es hierzu über **1.300 Studien** die zeigen konnten, dass bestimmte Alltagsprodukte (mit denen du Tag für Tag in Berührung kommst) dein hormonelles Gleichgewicht stören können, sodass die Menge an weiblichen Hormonen in deinem Körper ansteigt.

Forscher der University of Colorado berichten sogar von mehreren männlichen Patienten, denen Brüste gewachsen sind, weil sie ein Haarshampoo verwendet haben, in dem hormonstörende Chemikalien enthalten waren.

### **Klingt verrückt, oder?!**

Nun hast du wahrscheinlich verstanden, warum deine bisherigen Diäten und Sportprogramme gar nicht funktionieren konnten und dir ist folgendes klar geworden:



Bis jetzt hast du immer nur versucht, die Symptome zu bekämpfen, jedoch nie die eigentliche Ursache



Du musst deinen Alltag, deine Ernährung und dein Training so optimieren, dass deine Hormone nicht mehr negativ beeinflusst werden und das Brustwachstum nicht mehr angeregt wird



Du nicht länger auf vermeintliche „Experten“ hören darfst, die sich mit dem Thema Hormone noch nie beschäftigt haben und immer wieder behaupten, man müsse nur noch mehr Sport machen oder ein noch höheres Kaloriendefizit haben



Hier bekommst du jetzt die Schritt-für-Schritt-Anleitung, wie du Männerbrüste, hartnäckiges Bauchfett sowie alle negativen Begleiterscheinungen einer schlechten Hormonsituation beseitigen kannst, sodass du dich wieder zu 100% wohl fühlst, in deiner Haut.

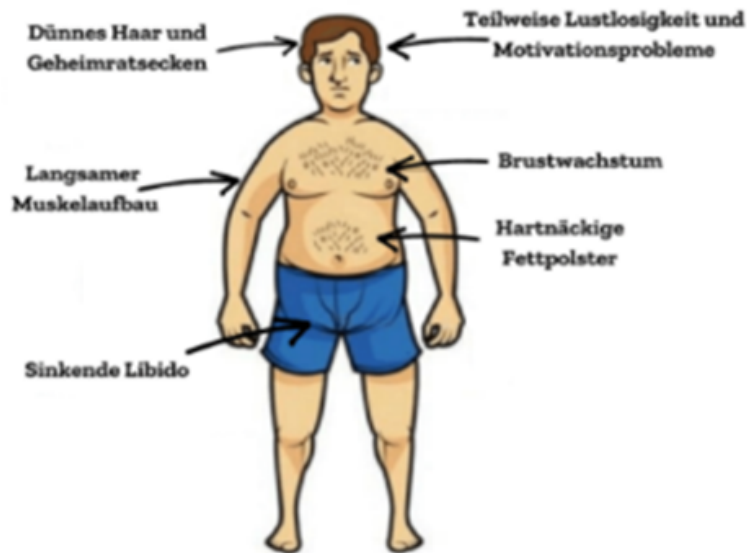
**Das ist der exakte Prozess, den wir mit und für unsere Kunden umsetzen.**

Er hilft dir dabei, endlich die Veränderung zu erzielen, die du dir schon so lange wünschst.

Darf ich vorstellen:

## Die "Hormon-Hacking" Methode

# Schritt 1



## Body Reset - Die Grundlage für deinen neuen Körper

- ✓ Ursache für das hormonelle Ungleichgewicht finden und beseitigen
- ✓ Hormonstörende Produkte/Stoffe aus deinem Alltag entfernen und so die Handbremse lösen, die dich daran hindert Veränderungen zu erzielen
- ✓ Körpereigene Fettverbrennung in den Turbo schalten und hartnäckiges Fett zum Schmelzen bringen

## Schritt 2



### **Natürliches Doping - mit den richtigen Lebensmitteln schnellere Ergebnisse erzielen**

- ✓ Mit Hilfe von "Hormon-Superfoods" Östrogen reduzieren und Testosteron maximieren
- ✓ Durch spezielles (kurzzeitiges) Fasten, noch schneller abnehmen, ohne dabei zu hungern
- ✓ Einsatz weniger aber dafür effektiver Nahrungsergänzungsmittel, um noch schnellere Ergebnisse zu erzielen



## Schritt 3



### Das spezielle Training gegen hartnäckige Fettpolster

- ✓ Optimale Kombination aus Kraft- und Ausdauertraining
- ✓ Beginn des „Anti-Männerbrust-Trainings“ (wissenschaftlich belegt)
- ✓ Inkl. Trick, um noch mehr Kalorien beim „Nichtstun“ zu verbrennen

## Diese Methode ist perfekt für dich geeignet, wenn...

- Du gemerkt hast, dass die alten Methoden bei dir nicht funktionieren und du bereit bist, was Neues auszuprobieren
- Dir Gesundheit (mindestens) genauso wichtig ist, wie gutes Aussehen
- Du bereit bist, eine Strategie richtig durchzuziehen und auf den Rat eines Experten zu hören

Wenn du es schaffst, diese **3 Schritte** für dich umzusetzen, hast du einen klaren Fahrplan hin zu einem nachhaltigen und gesunden Lebensstil und einer Figur, auf die du stolz sein wirst.

Ich denke du verstehst jetzt, warum diese Methode so gut funktioniert.



# Wie geht es weiter?

Neben den hier genannten Faktoren, gibt es in deinem Alltag, bei der Ernährung sowie beim Sport noch viele weitere hormonelle Störfaktoren, die nach und nach dafür sorgen, dass deine Hormone aus dem Gleichgewicht geraten.

Ich biete dir an, gemeinsam mit mir zu schauen, wo du in deinem Alltag mit diesen Faktoren in Berührung kommst und wie du sowohl deine Ernährung als auch dein Training hormonell optimieren kannst.

## **Das ist ausdrücklich kein Verkaufsgespräch!**

In diesem Gespräch erstellen wir gemeinsam einen Schritt-für-Schritt Plan, wie du gezielt deine Hormone optimieren kannst, sodass du nicht nur Männerbrüste dauerhaft loswerden kannst, sondern auch alle anderen hormonbedingten Probleme – selbst wenn bis jetzt noch nichts anderes geholfen hat.

Vereinbare dein kostenloses Erstgespräch mit mir, schildere mir deine Probleme und lass uns einen individuellen und unverbindlichen Lösungsweg diskutieren.

Du hast kein Risiko und keine Verpflichtungen. Lass uns deine Zielsetzung EINMAL RICHTIG angehen, statt weiterhin eine Diät nach der anderen zu probieren - um doch wieder keine Ergebnisse zu sehen.

[Kostenloses Analyse-Gespräch vereinbaren](#)

**Du möchtest mehr über dieses Konzept erfahren?**

**Kein Problem!**

Wenn du jetzt noch nicht bereit für ein 1-1 Gespräch bist, dann gebe ich dir exklusiven Zugang zu meinem "Hormon-Hacking" Workshop.

**-> Online Workshop jetzt anschauen!**

Warum solltest du dir diesen Workshop jetzt anschauen?

Du erfährst wie dir die "Hormon-Hacking" Methode dabei helfen kann, eine straffe Brust und einen flachen Bauch zu bekommen.

Im Gegensatz zu herkömmlichen Methoden wie Diäten und stundenlangem Training, die oft entmutigend sein können, nutzt diese Methode die natürlichen Hormone des Körpers, um das Fett an den richtigen Stellen abzubauen.

Der Workshop bietet dir die Möglichkeit, deine Traumfigur zu erreichen und dich wieder selbstbewusst und wohl in deinem Körper zu fühlen - ohne lange und mühsame Diäten oder stundenlanges Training.

**-> Online Workshop jetzt anschauen!**