

MATTHIAS JÜNEMANN

# Die Adipositas-Kur mit hCG

An der Ursache für Fettsucht und Übergewicht  
ansetzen und sie für immer beseitigen



© des Titels »Die Adipositas-Kur mit hCG« von Matthias Jünemann (ISBN 978-3-86883-597-7)  
2014 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München  
Nähere Informationen unter: <http://www.riva-verlag.de>

# Inhalt

<i>Einleitende Worte von Elisabeth Engler</i> .....	12
<i>Vorwort</i> .....	15

## **Teil I: Die Adipositas-Kur – Theoretische Grundlagen** .....

17

<i>Einleitung</i> .....	18
<i>Doktor Simeons Arbeit</i> .....	19
<i>Die drei Fettarten</i> .....	21
<i>Welche Aufgaben hat der Hypothalamus?</i> .....	22
<i>Vorteile der Adipositas-Kur</i> .....	25

## **Die Durchführung der Adipositas-Kur** .....

29

<i>Die Kur in der Praxis</i> .....	29
<i>Die Vorbereitung der Kur – Was man für die Kur braucht</i> .....	30
<i>HCG Tropfen und Globuli</i> .....	30
<i>Die Einnahme der Tropfen und Globuli</i> .....	31
<i>Dinge, die Sie noch besorgen sollten ... bevor Sie die Kur beginnen</i> .....	33

## **Phase 0** .....

39

<i>Darmreinigung mit Colon Formula</i> .....	39
<i>Parasiten raus mit Para Cleanse</i> .....	41
<i>Entgiftung mit organischem Schwefel (MSM)</i> .....	42

<b>Phase 1 und Phase 2</b> .....	45
<i>Die Ladetage</i> .....	45
<i>Die Diätphase</i> .....	45
<i>Änderungen zu Dr. Simeons' Werk</i> .....	48
<i>Ungeklärte Fragen und was uns die Erfahrung lehrt</i> .....	49
<i>Die erlaubten Nahrungsmittel</i> .....	50
<i>Tabellarische Gegenüberstellung von Simeons und DAK</i> .....	54
<i>Mahlzeiten-Vorschläge für die Diätphase</i> .....	55
<i>Rezepte unserer Forenmitglieder (Auswahl)</i> .....	61
<i>Rezepte von Elisabeth Engler</i> .....	69
<i>Der Reset des Hypothalamus</i> .....	72
<i>Mögliche Fehler bei der Durchführung der Diät</i> .....	73
<b>Phase 3</b> .....	75
<i>Die Stabilisierungsphase</i> .....	75
<i>Nahrungsmittel für die Stabilisierungsphase</i> .....	77
<i>Der Korrekturtag</i> .....	79
<b>Phase 4</b> .....	81
<i>Die Austestungsphase</i> .....	81
<b>Veränderungen, Erfahrungen</b> .....	85
<i>Was ich noch sagen wollte</i> .....	85
<i>Häufig gestellte Fragen</i> .....	88
<i>Meine Erfahrungen</i> .....	99
<i>Erfahrungsberichte</i> .....	107
<i>Die Adipositas-Kur bei Kindern und Jugendlichen</i> .....	112
<b>Listen, Links, Statistik, Bilder</b> .....	115
<i>Die Adipositas-Kur-Checkliste</i> .....	115
<i>Downloads und Links</i> .....	118
<i>Statistik</i> .....	120
<i>Vorher-Nachher-Bilder</i> .....	130
<i>Was hat sich alles verändert</i> .....	134

## Vitalstoffe zur Unterstützung

<b>der Adipositas-Kur</b> .....	135
<i>Vitamine und Mineralstoffe für die Zellernährung</i> .....	135
<i>OPC als Antioxidans (Zellschutz und Haut)</i> .....	137
<i>Essenzielle Fettsäuren (Gehirnleistung)</i> .....	139
<i>Reaging</i> .....	140

## Strategien, um nicht wieder zuzunehmen..... 145

<i>Die verlängerte Stabilisierung – das Maximale anpeilen</i> .....	145
<i>Das weitere Einnehmen des hHCG</i> .....	147
<i>Die EGO-Ernährung</i> .....	148
<i>Die Grüne Adipositas-Kur</i> .....	149
<i>Training zur Hormonausbalancierung</i> .....	151
<i>Fitnessstraining</i> .....	153
<i>Die »Kraftvolle Pause« – das eigennützige Gehirn und wie wir aus der Stressfalle kommen können</i> .....	154

## Teil II: Zusammenfassung des

## Simeons-Protokolls »Pfund und Zoll« ... 159

<i>Vorwort</i> .....	160
<i>Die Natur der Fettsucht</i> .....	160
<i>Drei Arten von Fett</i> .....	161
<i>Ungerechtigkeit gegenüber Fettleibigen</i> .....	162
<i>Die Drüsentheorien</i> .....	162
<i>Der Hypothalamus</i> .....	162
<i>Die Fettbank</i> .....	163
<i>Drei grundlegende Ursachen der Fettsucht</i> .....	163
<i>Psychologische Aspekte</i> .....	164
<i>Die Behandlung der Fettsucht</i> .....	165

<i>Tabellen- und Listenverzeichnis</i> .....	167
<i>Literaturempfehlungen</i> .....	169
<i>Haftungsausschluss</i> .....	171