



Bewährte **hoT** -Therapie-Schemata zur Leistungssteigerung im Spitzensport

Die hypoallergene orthomolekulare Therapie – **hoT** hat sich in der ganzheitlichen Betreuung von Leistungssportlern, bei Infektanfälligkeit, Burnout oder nach Sportunfällen international bewährt. Sie bewies bei der WM in St. Anton 2001 mit Gold für Martina Ertl ihre Leistungsförderung und Beschleunigung der Rekonvaleszenz nach deren schwerem Unfall 2000. Die Göttinger Studie 2002 belegte eindrucksvoll die Wirksamkeit durch Beschwerdereduktion bis zu 93% in nur 3 Monaten – wie die mit dem CAM-Award 2013 ausgezeichnete **hoT** – Wissenschaftsstudie zur Silent Inflammation – Parodontitis mit aMMP-8 als Destruktionsmarker.

„Die **hoT**: Allgemeiner Infektschutz und Ölkännchen für Muskeln, Nerven und Gelenke!“

hypo-A Reha 1 Paket

– modifiziert für den Spitzensport

Präparat	1. und 2. Wo	3. und 4. Wo
hypo – A ADEK	3 x 2 Kps. zu Beginn der Mahlzeit	2-3 Kps. mittags zu Beginn der Mahlzeit
hypo – A Lachsölkapseln	3 x 2-3 Kps. zu Beginn der Mahlzeit	3 x 1-2 Kps. zu Beginn der Mahlzeit
hypo – A Spurenelemente	3 x 1 Kps. zum Essen	3 x 1 Kps. zum Essen
hypo – A Vit. B-Kompl. plus	3 x 1 Kps. zum Essen	3 x 1 Kps. zum Essen
hypo – A Magnesium – Calcium	3 x 1 Kps. nach dem Essen	3 x 1 Kps. n.d. Ess. + 2 zur Nacht

hypo - A Orthomolekulare Darmsanierung 1 - ODS 1A gegen Dünndarm-Dysbiosen – modifiziert

<p>Auf Reha 1 folgt ODS 1A, darauf folgt ODS 2 Die Standardregime sind modifiziert für den Spitzensport!</p> <p><i>Die 3 Basisschritte bitte zur Leistungssteigerung konsequent umsetzen.</i></p> <p>Auch für chronisch Kranke >14<70 Jahre geeignet.</p>	Präparat	1. und 2. Wo	3. und 4. Wo
	hypo – A Vitamin AE + Lycopin	3 x 2 Kps. zu Beginn der	2-3 Kps. mittags zu Beginn der Mahlzeit
	hypo – A Schwarzkümmelkapseln	3 x 2 Kps. zu Beginn der	3 x 2 Kps. zu Beginn der Mahlzeit
	hypo – A 3-SymBiose	3 x 1 Kps. zum Essen	3 x 1 Kps. zum Essen
	hypo – A Kalium spe	3 x 1 Kps. zum Essen	3 x 1 Kps. zum Essen
	hypo – A Spurenelemente	2 Kps. pro Tag zum Essen	1-2 Kps. pro Tag zum Essen
	hypo – A Vit. B-Kompl. plus	2 Kps. pro Tag zum Essen	1-2 Kps. pro Tag zum Essen

Es folgt die **hypo** - A ODS 2 gegen Dickdarm-Dysbiosen

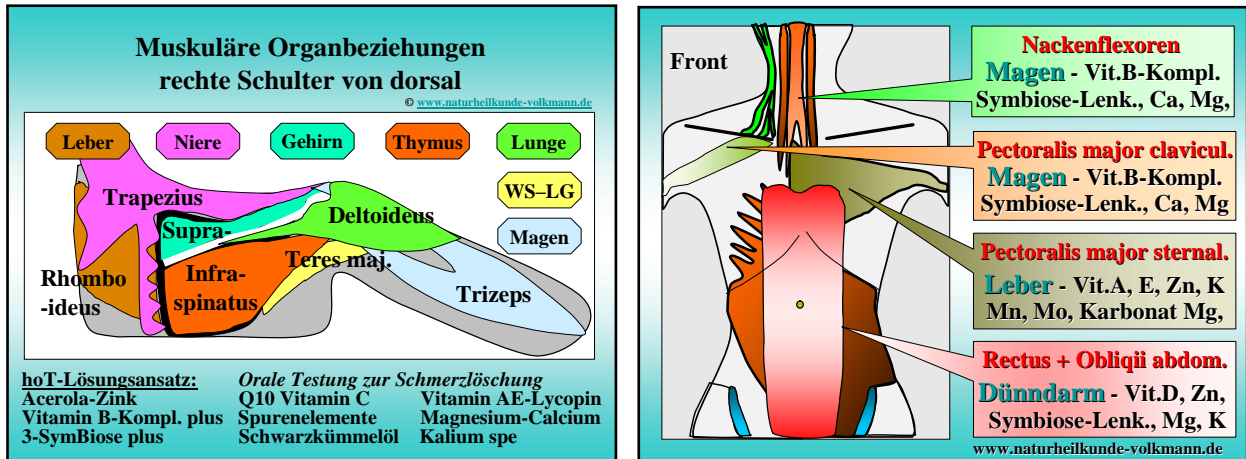
– modifiziert für den Spitzensport

Präparat	1. und 2. Wo	weiterhin
hypo – A ADEK	3 Kps. mittags zu Beginn der Mahlzeit	2-3 Kps. mittags zu Beginn der Mahlzeit
hypo – A Schwarzkümmelöl	3 x 2 Kps. zu Beginn der Mahlzeit	3 x 2 Kps. zu Beginn der Mahlzeit
hypo – A 3-SymBiose plus	3 x 1 Kps. zum Essen	3 x 1 Kps. vor d. Essen
hypo – A Spurenelemente	2 Kps. pro Tag zum Essen	1 Kps. pro Tag zum Essen
hypo – A Vit. B-Kompl. plus	2 Kps. pro Tag zum Essen	1 Kps. pro Tag zum Essen
hypo – A Magnesium – Calcium	3 x 1 Kps. nach dem Essen + 2 zur Nacht	3 x 1 Kps. n.d. Ess. + 2 zur Nacht

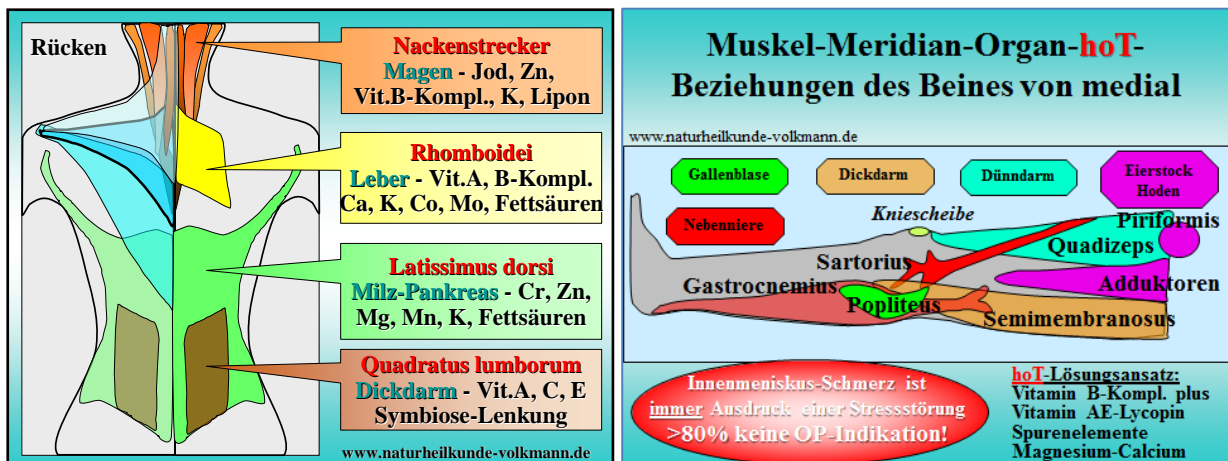
Diese Zusammenstellung ist keine Endverbraucher-Information. Sie ist für Therapeuten und Medizinberufe bestimmt!
 Eine Therapie ist mit einem erfahrenen Therapeuten abzustimmen. Intum vorbehalten! Keine Haftung für Eigentherapie!

Kranker Darm – schlechte Leistung! Leistungssteigerung mit der **hoT** Darmsanierung!

Auf den folgenden Diagrammen sehen Sie einige ausgewählte Muskel-Gelenk-Meridian-Organ-Bezüge mit ihren jeweiligen Nutrienten, d.h. mit den wichtigsten Vitaminen, Spurenelementen usw. Wer weiß, dass sein Innenmeniskusproblem ursächlich mit seinem Stress zusammenhängt und dass unser Stressorgan vor allem die Nebenniere ist, der kann sich entsprechend hochwertig ernähren und vorbereiten, um Stress gezielt abzubauen. Dass Muskel-Gelenkfunktionen nur optimal funktionieren können, wenn sie alle wichtigen Substanzen zur Verfügung haben, liegt auf der Hand und lässt sich durch die unten folgenden sportmedizinische WOB-Leistungsmessungen signifikant belegen.



Die im Leistungssport oft zu beobachtenden Gelenkprobleme z.B. der Schultern, der Knie oder Oberschenkel sind meist schnell und ohne Nebenwirkungen zu lösen allein durch orale Gabe und Kauen der angeführten Substanzen. Selbst traumatische Bewegungseinschränkungen und reduzierte Muskelkraft können in Sekunden optimiert werden! Die krampfanfällige rückseitige Oberschenkelmuskulatur lässt sich durch anale Gabe von 4Vag Vaginalzäpfchen sicher entspannen. Im Gegensatz zu sonstigen „Muskelpräparaten“ sind alle von mir für **hypo-A** entwickelten Produkte durch die Wahl der Hersteller in Deutschland sowie durch peinliche Reinigungsvorgaben vor jeder Produktion garantiert frei von Dopingsubstanzen. Entsprechende Garantien der Fertigungsbetriebe liegen uns vor. **Eiweißpräparate etc. wegen Dopinggefahr und Verunreinigungen bitte tunlichst meiden!**



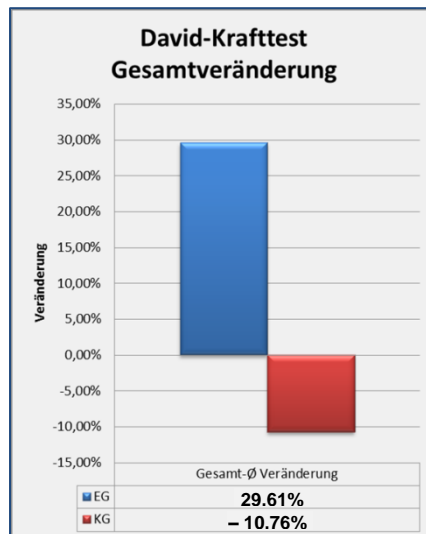
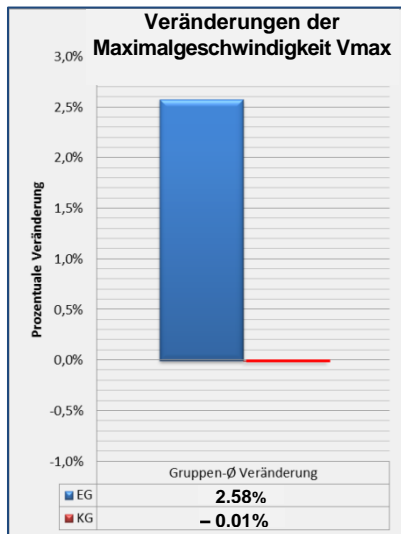
Die sogenannte „Kölner Liste“ wird bei **hypo-A** ersetzt durch die Liste seiner erfolgreich gesponserten Mannschaften und Sportler, die im internationalen Umfeld ihre Medaillen errungen haben und auf gesunde (Bio-) Ernährung für ihre Darmmuskeln achten! Sie wurden teilweise in meiner Praxis, aber auch bei der Champions League z.B. in Chelsea oder Moskau während der Wettbewerbe naturheilkundlich behandelt. Ob Schalke 04, die Damen des Frauenfußballs aus Wolfsburg oder deutsche Tennisprofis, Militärische Fünfkämpfer, Segler wie die Schümann-Crew oder mit Christopher Linke aktuell eine Olympiahoffnung bei den deutschen Gehern:

Orthomolekulare Leistungs-Steigerung bzw. -Optimierung: Ja! Doping: NEIN!

Kücknitzer Hauptstraße 53 23569 Lübeck Tel.: (0451) 30 23 10 oder 307 21 21

www.naturheilkunde-volkmann.de

Diagramme der Sportstudie von Andreas Koch, Reha-Trainer und Chef-Physiotherapeut des Frauenfußballs VfL Wolfsburg in Vorbereitung auf den Tripple-Sieg 2013
jetzt in der [Praxis Vital](#) in **38100 Braunschweig, Wilhelmstrasse 42a**

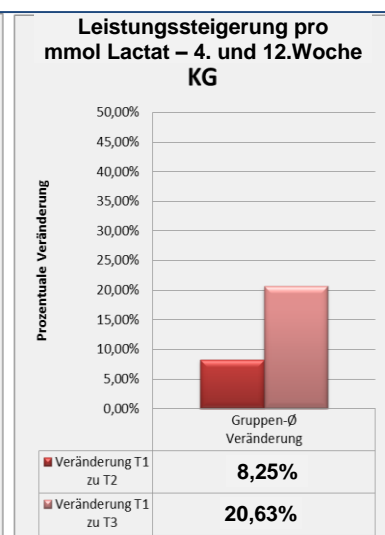
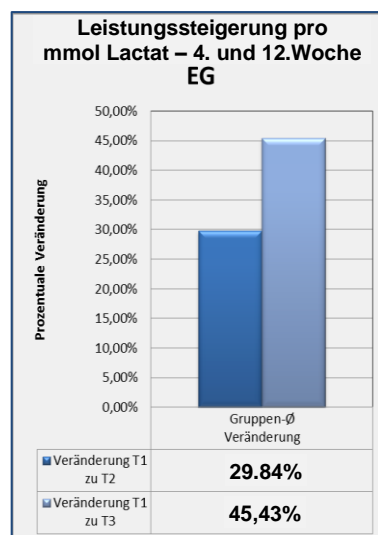
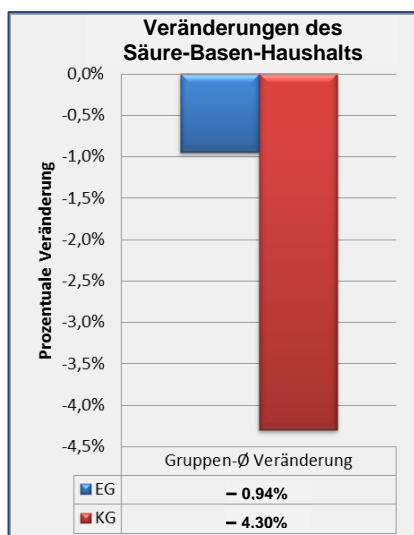


Legende Diagramme
Bei den nebenstehenden Diagrammen heißt:

EG ■
Experimentalgruppe

KG ■
Kontrollgruppe

Diese Studie wurde 2012 bei laufender Bundesliga-Saison 3 Monate unter vollem Einsatz der in 2 Gruppen aufgeteilten Damen-Mannschaft durchgeführt.



Nach Abschluss der Studie konnte die Damenmannschaft innerhalb von 6 Monaten aus dem Mittelfeld der Bundesliga zum Vizemeister aufsteigen, um im Folgejahr unter umfassender Substitution der ganzen Mannschaft den Triple-Sieg in Chelsea perfekt zu machen. Der damalige Final-Gegner hieß Olympique Lyon und war seit 93 Spielen ungeschlagen!

Bei Beobachtung der Aufzeichnungen der VfL-Spiele 2012 und 2013 ist immer wieder eindrucksvoll die rasante Beschleunigung und Vmax der Spielerinnen zu beobachten. Neben einer deutlich verringerten Verletzungshäufigkeit und Verletzungsschwere fiel die signifikante Verbesserung des Immunsystems der Spielerinnen auf, die sich in fehlenden Ausfallzeiten durch Krankheit und Infekte dokumentierte.

Durch eine umfassende Verbesserung der hormonellen Regulation stabilisierte sich auch der stresslabile Menstruationszyklus der Damen der Mannschaft. Im Rahmen dieser Untersuchung wurden auch psychometrische Fragen geklärt. In der Psychometrie fiel ein deutlicher Stressabbau sowie ein entspannteres Mannschaftsverhalten mit erhöhter Konzentration auf. Insgesamt zeigte die Mannschaft auf dem Platz selbst in Stressphasen ein geschlossenes Schwarmverhalten, das nonverbale Interaktionen von Sturm und Abwehr optimierte.

**Dauersubstitution 1-2 Monate vor und zu Wettkämpfen sowie in der Rekonvaleszenz
nach entsprechender Vorbehandlung mit obigen Start-Regimen**

Präparat	1. und 2. Wo	3. und 4. Wo	
hypo – A AE-Lycopin	3 Kps. mittags zu Beginn der Mahlzeit	2-3 Kps. mittags zu Beginn der Mahlzeit	Im täglichen Wechsel
hypo – A ADEK	3 Kps. mittags zu Beginn der Mahlzeit	2-3 Kps. mittags zu Beginn der Mahlzeit	
hypo – A Schwarzkümmelöl	2 x 2 Kps. zu Beginn der Mahlzeit	2 x 2 Kps. zu Beginn der Mahlzeit	Sportgetränk ½ l Apfelsaft 6-10 Kps. Mg-Calcium 3-6 Kps. Kalium spe 3 Kps. Spurenelemente Gut durchschütteln und mit reinem Wasser auf 1 Liter auffüllen. Je nach Sportart konzentriert trinken oder mit reinem Wasser verlängern! Weiter nach Bedarf 3-6 Kps. Pro Tag
hypo – A Lachsöl	3 Kps. mittags zu Beginn der Mahlzeit	2-3 Kps. mittags zu Beginn der Mahlzeit	
hypo – A 3-SymBiose plus	3 x 1 Kps. zum Essen	3 x 1 Kps. vor d. Essen	
hypo – A Spurenelemente	2 Kps. pro Tag zum Essen	1 Kps. pro Tag zum Essen	
hypo – A Vit. B-Kompl. plus	2 Kps. pro Tag zum Essen	1 Kps. pro Tag zum Essen	
hypo – A Kalium spe	3 x 1 Kps. zum Essen	3 x 1 Kps. zum Essen	
hypo – A Magnesium – Calcium	3 x 1 Kps. nach dem Essen + 2 zur Nacht	3 x 1 Kps. n.d. Ess. + 2 zur Nacht	
hypo – A Q10 Vitamin C	3 x 2-3 Kps. nach dem Essen	3 x 2-3 Kps. nach dem Essen	

Einnahmehinweise und mögliche Einnahmeprobleme

- Bitte alle Ölen bzw. ölhaltigen Antioxidantien direkt VOR dem Essen einnehmen!
- Alle anderen, nicht besonders genannten Präparate ZUM Essen einnehmen.
- Magnesium-Calcium und Vitamin C-haltige Präparate wie Q10 Vitamin C immer nach der Mahlzeit einnehmen. Dabei bitte auf strikte zeitliche Trennung zwischen Ölen und Magnesium-Calcium achten, weil es sonst zur Verseifung mit Magendruck kommen kann.
- Bitte Zink-haltige Präparate nie ohne feste Kost bzw. auf nüchternen Magen einnehmen. Sie könnten im leeren Magen Übelkeit verursachen!
- Mögliche Übelkeit nach einem Essen wird meistens verursacht durch unverträgliche Nahrung oder belastende E-Stoffe und nicht durch verordnete Reinsubstanzen! Bitte gerne Biokost!

Bei Virusinfekt bitte folgendes Regime möglichst früh bzw. sofort beginnen:

Präparat	3-5 Tage	Weiter bis Genesung
hypo – A Acerola-Zink	4-6 x 2-3 Kapseln jeweils mit etwas Essen	3 x 1-2 Kps. zum Essen
hypo – A Magnesium – Calcium	4-6 x 2-3 Kapseln nach dem Essen + 2 zur Nacht	3 x 1 Kps. n.d. Ess. + 2 zur Nacht

Bei sportmedizinischen Fragen oder vermuteten Unverträglichkeiten wenden Therapeuten sich bitte an Herrn Andreas Koch unter andreas.koch@human-health.info oder direkt an mich.

Mit freundlichen Grüßen!

Peter-Hansen Volkmann
Naturheilverfahren
Allgemein- u. Sportmedizin

Weiterführende Literatur

VBN-Verlag Lübeck, www.vbn-verlag.de

Onlineforum und krankheitsbezogene Publikationen www.orthomolekularia.info