

Protein Test

Der Einfluss der Ernährung auf die körperliche und mentale Leistungsfähigkeit ist unumstritten. Doch Unverträglichkeiten gegen bestimmte Proteine stellen für den Körper eine erhöhte Belastung dar. Welche Proteine unterstützen das eigene Trainingsziel optimal? Mit dem Protein-Test erhalten Sie die Antwort als individuell abgestimmte Protein-Empfehlung.



Rund um die Uhr



einfach & schmerzfrei zu Hause durchführen



Keine An- und Abreise zum Arzt



umfangreicher Ergebnisbericht



Telefon-Hotline mit Experten



Ergebnisse innerhalb weniger Tage

Richtige Ernährung als Basis von Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Jeder ambitionierte Sportler weiß, wie hoch der Einfluss der Ernährung auf die eigene Leistung ist. Insbesondere Protein spielt für Muskelaufbau und Regeneration nach dem Training eine zentrale Rolle. Doch welches Protein unterstützt dabei optimal? Je nach Trainingsziel sind unterschiedliche Proteinquellen zu bevorzugen. Hinzu kommen Unverträglichkeiten, welche für den Körper eine erhöhte Belastung darstellen. Werden große Mengen an unverträglichen Proteinen aufgenommen, führt dies nicht nur zu Unwohlsein und Verdauungsbeschwerden, sondern mittelfristig auch zu deutlich spürbaren Leistungseinbußen.

Es kann somit keine pauschale Lösung geben, die für jeden Sportler gleichermaßen geeignet ist. Jeder Mensch ist einzigartig und benötigt daher individuell abgestimmte Empfehlungen, die die jeweiligen Ziele und körperlichen Bedürfnisse optimal berücksichtigen.

Wie funktioniert der Protein Test?

Der Protein-Test von cerascreen verfolgt einen innovativen, weltweit einzigartigen Ansatz:

1. Anhand eines labordiagnostischen Kapillarbluttests wird auf Unverträglichkeiten gegen die 16 häufigsten tierischen und pflanzlichen Proteinquellen getestet.
2. Ein von Gesundheitsexperten entwickelter Fragebogen gibt zudem Aufschluss über individuelle Trainings- und Ernährungsziele.
3. Das Ergebnis ist eine auf jeden Sportler zugeschnittene Protein-Empfehlung.

4. Auf Basis des Ergebnisberichts erstellt cerascreen eine individualisierte Proteinmischung aus bis zu zehn verschiedenen Proteinquellen, welche optimal auf die Bedürfnisse des Sportlers ausgerichtet ist.

Überlassen Sie Ihren Erfolg nicht dem Zufall

Wenn die Wahl des richtigen Proteins derart hohen Einfluss auf den Trainingserfolg hat, warum sollte diese wichtige Entscheidung dem Zufall überlassen werden? Crossfit-Profi-Athlet Dennis Hildebrandt erzielte eine Leistungssteigerung von 10% allein durch den Wechsel von Standard-Whey-Protein auf die individualisierte, milchfreie Protein-Mischung von cerascreen.

Warum sollte ich den Test durchführen?

Proteine sind für die Leistungsfähigkeit von zentraler Bedeutung – je besser Ihre Protein-Versorgung ist, umso schneller steigern Sie Ihre Leistung. Nehmen Sie jedoch ungeeignete bzw. unverträgliche Proteine zu sich, schöpfen Sie Ihre volle Leistung nicht aus, schwächen Ihre Konzentration und verlängern die Regenerationsphasen. Zudem können verschiedene Symptome wie Unwohlsein, Verdauungsbeschwerden, Bauchkrämpfe, Erbrechen, oder Durchfall auftreten. Nur durch den Protein-Test erhalten Sie eine individualisierte Empfehlung, die garantiert auf Ihre körperlichen Bedürfnisse und Ziele abgestimmt ist.

Der Protein-Test – cerascreen macht Sie fit

Ein Protein-Test kann Ihnen Aufschluss darauf geben, welche Proteine eine erhöhte Belastung für Ihren Körper darstellen, da Sie unter einer Unverträglichkeit leiden. Der Selbsttest teilt Ihnen aber auch mit, welche Proteine Ihr Trainingsziel positiv unterstützen können, damit Ihre körperliche und mentale Leistungsfähigkeit weiter wächst. Ganz individuell auf Ihre Ergebnisse abgestimmt, erhalten Sie mit einem Protein-Test von cerascreen individuell abgestimmte Proteinempfehlungen. Gerade für ambitionierte Sportler ist es wichtig auf die Ernährung zu achten, um damit die Leistung weiter steigern zu können. Insbesondere der Aufbau von Muskeln wird von Proteinen beeinflusst, aber auch die Regeneration nach dem Training. Je nachdem, welches Trainingsziel Sie haben, können unterschiedliche Proteinquellen vorteilhaft sein. Es gibt jedoch auch den umgekehrten Fall, dass

bestimmte Proteine für Ihren Körper schädlich sind, da Sie an einer Unverträglichkeit leiden. Die Belastung für den Körper ist damit erhöht und somit ist er nicht mehr so leistungsfähig, was kontraproduktiv wäre. Große Mengen von unverträglichen Proteinen können zudem zu ausgeprägtem Unwohlsein und Verdauungsbeschwerden führen, was mittel- und langfristig zu enormen

Leistungseinbußen führen kann. Da der Bedarf an Fitnessprodukten und Nahrungsergänzungsmitteln boomt, empfiehlt jeder einen anderen Shake, ein besseres Pulver oder andere Produkte, die schnell Eiweiß liefern sollen. Da ist es schwer zu entscheiden, welches das Richtige für einen selbst ist. Man kann auch keine universelle Lösung für jedermann anbieten, da jeder Sportler andere Trainingsziele und Bedürfnisse hat. Somit braucht es eine individuelle Empfehlung, die die körperlichen Bedürfnisse optimal berücksichtigt.

Cerascreen bietet die Lösung mit dem weltweit einzigartigen Protein-Test

Mit dem cerascreen Protein-Test können Sie Ihre individuellen Bedürfnisse und Ihren Proteinbedarf herausfinden. Wie das funktioniert? Ganz einfach mit nur einem Klick. Sie bestellen sich online Ihr Testpaket. In wenigen Tagen halten Sie Ihren Selbsttest schon in den Händen. Im Testkit enthalten ist alles, was Sie für die Probe benötigen. Für den Protein-Test sind nur wenige Tropfen Blut aus der Fingerspitze nötig. Diese entnehmen Sie sich ganz einfach und völlig schmerzfrei selbst zu Hause. Anhand einer Schritt-für-Schritt-Anleitung wird Ihnen erklärt, was Sie tun müssen. Anschließend senden Sie die entnommene Probe im enthaltenen Rücksendebeutel an uns zurück. Dieser innovative und weltweit einzigartige Ansatz des labordiagnostischen Kapillarbluttests wird nun in einem unserer Labore untersucht und analysiert. Das Labor testet auf Unverträglichkeiten gegen die 16 häufigsten tierischen und pflanzlichen Proteinquellen. Darüber hinaus füllen Sie einen von Gesundheitsexperten entwickelten Fragebogen zu Ihren individuellen Trainings- und Ernährungszielen aus. Zusammen mit den Ergebnissen aus Ihrem Fragebogen und den Blutwerten stellen wir Ihnen einen Testbericht mit persönlich zugeschnittener Proteinempfehlung aus. So schaffen Sie die optimale Basis für Ihre Gesundheit und eine erhöhte Leistungsfähigkeit. Wenn Sie sich zudem für unser attraktives Spar-Bundle entscheiden, erhalten Sie zusätzlich zum Protein-Test 2 kg einer individualisierten Proteinmischung mit bis zu zehn verschiedenen Proteinquellen, welche genau auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt sind - und das zu einem unschlagbaren Preis. Das Pulver hat zudem einen tollen Geschmack und wirkt schnell für die besten Ergebnisse.

Cerascreen testet auf zahlreiche Proteinquellen

Der cerascreen Protein-Test prüft die Blutprobe auf Unverträglichkeiten sowohl gegen tierische als auch gegen pflanzliche Proteine.

Tierische Proteinquellen	Pflanzliche Proteinquellen
Hühnerei (Vollei)	Erbse
Kuhmilch (Molke)	Weizen (Gluten)
Kuhmilch (Casein)	Reis
Ziegenmilch (Molke, Casein)	Hanf
Schafsmilch (Molke, Casein)	Sojabohne
Hühnerfleisch	Süßlupine
Schweinefleisch	Sonnenblume
Thunfisch	

Der Protein-Test – Die Basis für Erfolg

Gerade Sportler erreichen mit der richtigen Ernährung und der Zuführung von Proteinen und Eiweiß schnellere und bessere Ergebnisse. Ein gesteigerter Trainingserfolg ist das Ergebnis von individuell auf Ihren Körper abgestimmten Proteinquellen. Der Weg weg vom Standard-Whey-Protein und hin zu individualisierten, milchfreien Protein-Mischungen von cerascreen. Schöpfen Sie Ihre volle Leistungsfähigkeit aus und schwächen Sie Ihren Körper nicht mit unverträglichen Proteinen. Ihr Körper wird es Ihnen danken. Darüber hinaus können Sie Fett reduzieren und mehr Muskelaufbau verzeichnen. Nur durch einen individualisierten Protein-Test erhalten Sie die Empfehlungen, die genau auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt sind. Denn Erfolg kann kein Zufall sein – cerascreen.