

goes fit

... für mehr Lebensqualität!

Österreich 2022

fit sein und sich wohlfühlen mit PKU.



Endlich wieder!

Kaprun, Österreich



29.-31. Juli 2022

Wo Bio-Blockhaus
5710 Kaprun/Österreich

Wann Freitag, 29. Juli 2022 (abends) bis
Sonntag, 31. Juli 2022 (mittags)

Anmeldeschluss 7. Juli 2022

Du willst gesund essen und sportlich fit werden? Komm mit uns drei Tage nach **Kaprun** bei Zell am See, wo wir in einem modernen Bio-Blockhaus wohnen. Lass Dich von einem abwechslungsreichen Programm überraschen:

Am Samstag wandern wir als „**Gipfel-Stürmer**“ gemeinsam über Stock und Stein hoch hinaus. Unsere Anstrengungen werden mit einem herrlichen

Ausblick belohnt – versprochen! Dazu musst Du kein Spitzensportler sein. Wir gehen in einem Tempo, das Dir Spaß macht! Zwischendurch füllen wir unsere Energiespeicher bei einem leckeren eiweißarmen Picknick wieder auf.

Entspannt starten wir den Sonntag mit klangvollen Schwingungen: Ein **Klang-Bad** aktiviert Deine Selbstheilungskräfte und bringt Deinen Körper und Geist in Einklang.

Und bei allem kommen natürlich eine **gesunde eiweißarme Ernährung** und der Austausch untereinander nicht zu kurz.

Das metaX-Team freut sich auf Dich!

Infos & Anmeldung bei
regina.werdehausen@metax.org

Wer kann mitmachen?

Wenn bei Dir PKU/HPA oder eine andere, seltene Aminosäuren-Stoffwechselerkrankung vorliegt, kannst du dabei sein. Ab 18 Jahren.

Kosten?

Übernachtung, Verpflegung und Aktivitäten sind kostenfrei. Als Sicherheit erheben wir bei verbindlicher Anmeldung eine Schutzgebühr von 150,- €. Die Schutzgebühr wird bei erfolgter Teilnahme in bar zurückerstattet.

Teilnehmerzahl

Melde Dich frühzeitig an, um Dir einen Platz zu sichern. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Hin und weg?

An- und Abreise muss selbst organisiert werden. Abholung am nächstgelegenen Bahnhof nach Absprache.

EIWEISSUPPLEMENTE

XPhe

DIÄTMANAGEMENT BEI PKU/HPA

Schon probiert?

Pulver, Tabletten, trinkfertig,
mit GMP oder als Fruchtriegel!



DAS
SCHMECKT
MIR

Wir bieten auch zum Diätmanagement bei anderen SELTENEN Eiweißstoffwechselstörungen – z. B. MSUD, MMA/PA, HCU, Tyrosinämie oder Harnstoffzyklusstörungen – die passenden Eiweißsupplemente an. Fragen Sie uns oder Ihr Team in der Stoffwechselambulanz!

EIWEISSARME PRODUKTE



... und noch viel mehr Auswahl