

---

Subject: Ernährungsform und AntiAging

Posted by [Cynic](#) on Sun, 31 May 2009 18:12:34 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Leute, ich spiele schon länger mit dem Gedanken mal eine solche Ernährungsform, die einen AntiAging-Effekt haben soll, für einige Wochen/ Monate auszuprobieren und zu schauen wie mir das bekommt.

Könnte sowieso etwas Fett verlieren.

Was haltet ihr von Calorie Restriction, Dinner Cancelling usw...? Praktiziert das jemand hier, oder hat und kann berichten.

Kann man mit jenen Ernährungsformen wirklich was im Bezug auf Alterung reißen oder ist das reine Glaubenfrage?

---