



# Geno-Typing

Gesund und Fit dank GenoTyp

**Karl B. Rietmann**

MD IfHI Herisau

Der amerikanische Mediziner Prof. Dr. Peter J. D' Adamo ist unter anderem der Begründer des Geno-Typing, mit dem die Bestimmung Ihres Stoffwechselltypen möglich wird. Dazu gibt es neu das Buch in deutscher Sprache. Der umfangreiche Titel „Verändere Dein genetisches Schicksal“ führt zu einem Inhalt, der sich mit Deiner Genetik und Epigenetik befasst. Als langjähriger Verwender dieser wissenschaftlichen Grundlagen stelle ich an vielen meiner Bekannten positive Veränderungen fest.

## Es steht immer eine Frage im Raume

Kann man mit der richtigen Ernährung besser Leben, Krankheiten vermeiden, sein Leben unter Umständen gar verlängern? Ja man kann dies. Als Ernährungsspezialist und Frequenztherapeut verwende ich seit 15 Jahren eine auf mein Individuum abgestimmte Ernährung. Mit Hilfe dieses Lebensstils verlor ich etliche Kilos und konnte unter anderem meine Sehhilfe weglassen. Seit bald zehn Jahren ver helfe ich vielen Bekannten zu einem gesünderen Leben. Gelernt habe ich das Konzept des Geno-Typing bei meinem Academic Dean Dr. Peter J. D'Adamo, dem Begründer unter anderem der Geno-Typen-Ernährung und heutigen Distinguished Professor of the Center of Excellence in Generative Medicine at the University of Bridgeport CT/USA. Das Buch hat auch einen Anspruch als Hilfe zur Selbsthilfe.

**eMail:** karl.rietmann@bluewin.ch  
**Web:** Geno-Typing.ch  
Geno-Typing.de  
Geno-Typing.at

**Link** auf TV-Sendung bei  
TimeToDo 19.6.2013 Typgerechte  
Ernährung – glückliches Leben  
TimeToDo 3.11.2014 Vitalität bis ins  
hohe Alter  
TimeToDo in Vorbereitung Vorbeugen ist  
besser als Heilen

## Termine

Vereinbaren Sie einen Termin  
per Email oder Telefon

## Adresse

Alte Steig 10  
CH-9100 Herisau

T +41 (0)71 351 23 39

## Sechs GenoTypen, einer daraus ist ab Geburt jedem eigen.

Das Geno-Typing von Peter J. D' Adamo gilt als Revolutionär und ist ein neuer Ansatz für Dein Leben. D'Adamo kombiniert genetische und epigenetische Informationen mit den Bluttypen und vielen Markern eines jeden Erscheinungsbildes und hat sechs GenoTypen bestimmt: den Jäger, den Sammler, den Lehrer, den Explorer, den Krieger und den Nomaden. Persönliche Merkmale wie die Länge der Beine, die Form der Zähne, das Muster der Fingerabdrücke sind unter anderem ausschlaggebend für Deine Typbestimmung. Solche Analysen erstellen Therapeuten mit einer Ausbildung in Geno-Typing. Selbstverständlich erhält Ihr dies auch bei mir in Herisau. Die Daten- und Marker Aufnahme dauert ein bis zwei Stunden.

## Das Handbuch für Dein ganzes Leben

Danach erhältst Du ein Handbuch mit einem Ernährungs- und Lebensplan, der individuell auf Deine eigenen Bedürfnisse abgestimmt ist. Im Handbuch steht, welche Ernährung und welche Bewegung einem am ehesten zu einem Normalgewicht verhelfen, sowie die Gesundheit und Wohlbefinden fördern. Der Plan zeigt auf, wie man Krankheiten vermeiden kann, für die man am anfälligsten ist. Oder anders gesagt: Wer gemäss D' Adamos Konzept lebt, kann das Verhalten der Gene verändern – und zwar zum Positiven.

## Gene und immer überzeugter

Die richtigen Gene können zum Sprechen laut gestellt und die falschen zum Schweigen stumm gebracht werden. Damit zeigt jeder selbst auf, wie seine Gene epigenetische Veränderungen verarbeiten und zurückbilden können. Ich selbst bin nach vielen Jahren immer überzeugter von diesem Verhalten und dieser Lebensweise. Seit ich die Empfehlungen des Geno-Typing anwende, verspüre ich Lebensfreude wie nie zuvor.

Das Buch „Verändere Dein genetisches Schicksal“ befasst sich auch vertieft mit der Genetik und Epigenetik. Es ist verständlich und eine Informationsquelle für jedermann.

Dein persönliches Handbuch erarbeitet unter anderen auch NutriGenomics/Epigenetics Herisau, welche auch Seminare und spezielle Ausbildungen in Geno-Typing im deutschsprachigen Raum durchführt.

