

Konstanzer Vorträge

– Mit Strategie Gesund –

Muskeln & Darm – mit vereinter Kraft!

Vortrag von Dr. med. Bernadette Mansmann

Unsere Muskeln halten uns nicht nur in Bewegung – sie produzieren auch eigene Heilsubstanzen, sogenannte Myokine. Diese Botenstoffe unterstützen zahlreiche Prozesse im Körper und tragen wesentlich dazu bei, unsere Organe gesund und funktionsfähig zu erhalten.

Umgekehrt ist der Darm weit mehr als ein bloßes Verdauungsorgan: Er produziert unzählige Substanzen, die nicht nur unsere Gesundheit fördern, sondern auch unsere Beweglichkeit und Leistungsfähigkeit unterstützen.

Wir beleuchten medizinische Hintergründe und zeigen konkrete, praxisnahe Wege zur Regeneration.

- **Donnerstag, 25. September 2025**
- 18: 00 Uhr (eine Stunde Vortrag; plus Fragen und Diskussion)
- Eintritt frei
- ZiT - Zentrum für interdisziplinäre Therapien
- Obere Laube 44, 78462 Konstanz

Unsere Experten:



Dr. med. univ.
Bernadette Mannsmann



Dr. med.
Christiane Thiessen



Frank Hellthaler
Heilpraktiker



Alexander Pfeil
Myoreflextherapeut