



ZERTIFIKAT

Zertifikat

Sandra Bikowski

absolvierte mit Erfolg die Prüfung zur

ERNÄHRUNGSBERATERIN

Schwerpunkt roh-vegan

Lehrinhalte:

Ernährungsgeschichte der Menschheit, menschliche Anatomie, Stoffwechselprozesse,
Darmgesundheit, Säure-Basen-Haushalt, Makro- und Mikronährstoffe,
Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit, Ernährung in verschiedenen
Lebenslagen, somatische Intelligenz, Methodenkompetenz in der Beratungspraxis

Landsberg den 16. Juli 2019


Ausbildungsleitung





Zeugnis

Sandra Bikowski
Maienhöhe 14
15569 Woltersdorf

Geburtsdatum 11.03.1986

Inhalte der Fernausbildung

Modul 1

1. Ernährung des Menschen
2. Ernährungsphilosophie „Deine Ernährung“
3. Zelle – Organismus
4. Herz-Kreislauf-System

Modul 2

5. Immunsystem und Lymphsystem
6. Nervensystem und Hormonsystem
7. Bewegungssystem
8. Zahngesundheit
9. Milch, Fleisch und Soja

Modul 3

10. Verdauungssystem
11. Leber
12. Gallenblase
13. Bauchspeicheldrüse
14. Enzyme

15. Nieren und Harnwege

16. Getreide und Brot

Modul 4

17. Säure-Basen-Haushalt
18. Haut und natürliche Körperpflege
19. Atmungssystem

20. Wasser

21. Salz

Modul 5

22. Nährstoffe
23. Zucker
24. Industrienahrung
25. Fasten

Modul 6

26. Ernährung in besonderen Lebenslagen
27. Somatische Intelligenz
28. Coaching und Fallbearbeitung

Ernährungstrainerin mit dem Schwerpunkt roh-vegan

Prüfungsteil 1 Modul 1 – 6 Multiple-Choice-Test 60 Minuten

Prüfungsergebnis 98,64 %

Prüfungsteil 2 Anwendung in der Praxis - Fallbearbeitung

Prüfungsergebnis sehr gut

Das Team von „Deine Ernährung“ bescheinigt, dass Frau Sandra Bikowski, geboren am 11.03.1986, die Fernausbildung zum Ernährungstrainer mit dem Schwerpunkt der roh-veganen Ernährung erfolgreich abgeschlossen hat.

Landsberg, den 16.07.2019



Ausbildungsleitung