



# BIO SUPERFOOD

bio-genial ernährt!

Elitäre Bio-Nährstoffe aus dem Genie der Natur machen den Unterschied

Einzigartig, tiefgreifend, komplex. Die innovativste Form effizienter Nährstoffzufuhr für die biologisch-vollwertige Zellernährung\*

\* als wesentlicher Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung



vegan



Biologisch komplexe Nährstoffprofile unterstützen den Zellstoffwechsel und die biologische Zellregulation

## Abnehmen mit Alen®

Erfolg mit der Alen® Diät der Fülle: Zellschlacken ausleiten, Zellen und Mikrobiom hochgradig füttern, Stoffwechsel aktivieren.

Veränderte Ernährungsgewohnheiten und minderwertige, „leere“ Lebensmittel führen zu Fehlbesiedelung des Darm-Mikrobioms, entzündlichen Prozessen, Stoffwechselstörungen und Hungerstress durch Mangel. Viele leiden unter ständigem Appetit und essen maßlos. Anstelle ihr Nährstoffproblem zu erkennen, versuchen sie ihr Gewichtsproblem mit ungesunden Diäten zu lösen und verlieren dabei noch mehr Nährstoffsubstanz. Trotz Über-

gewichtetes leiden Mensch und Zellen weiterhin unter Hungerstress. Unser Ansatz: Neubesiedelung der Mikrobiota durch biologische Fülle und die richtigen Nährstoffe unterstützen. Zellen mit elitären Nährstoffen systematisch fluten und den Stoffwechsel durch hohe Nährstoffprofile nachhaltig balancieren. Durch natürliche Gewichtsregulation Idealgewicht erreichen und halten. Konsequenzen, ganzheitlich, komplex. \*Diätplan bestellen oder online.



## Alen® - wahres Make-Up für Ihre Zellen

Schönheit und Jugendlichkeit von Gewebe, Haut und Haaren kommt vor allem von innen. Zellgewebe muss sich ständig reparieren und erneuern. Durch eine optimale Versorgung des Kollagengewebes kann dies nachhaltig erreicht werden.

## Schwangerschaft und Stillen mit Alen®

Mutter und Kind brauchen während der Schwangerschaft und in der Stillphase die bestmögliche Ernährung. Alle essenziellen Zellbausteine in einem verlässlichen Angebot großer biologischer Fülle. Damit sich ihr Baby gesund entwickeln kann, für ein starkes Leben, mit besten Abwehrkräften. Damit Sie nach der Geburt, beim Stillen und darüber hinaus selbst nicht auszuhren, sondern beide stark und gesund bleiben und alle neuen Herausforderungen meistern können.



## Gesundheit durch optimalen Aufbau

Babys brauchen hochkomplexe Moleküle, die Ihren Zellen erlauben, einen gesunden Körper zu bilden. Mit Billionen korrekter Funktionen, durch den Aufbau optimaler Netzwerke. Für ein funktionierendes Immunsystem. Für ein gutes, starkes Leben. Alen® als Beikost für Babies und Kleinkinder.

## Alen® Bio-Genialität macht den Unterschied.

Zielsichere Zellernährung ist die Bedingung für eine biologisch optimale Zellregulation und einen ganzheitlich aktivierten Stoffwechsel. Die konsequente Unterstützung einer tiefgreifenden, biologisch ausgewogenen Ernährung, erfolgt mit essenziellen L-Aminosäuren, Provitaminen, Mineralien, Oligo- und Spurenelementen, Ballast- und sekundären Pflanzenstoffen. \*Als wesentlicher Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung

## Alen® Bio Superfood. Biogenial ernährt.

Next level food: Hohe Nährstoffprofile dank direktem Nährstoffeinsatz aus dem Genie der Natur.

Innovative Produktionsverfahren und einzigartige Pflanzenquellen aus den biologisch anspruchsvollsten Habitaten, liefern außerordentlich komplexe Nährstoffprofile. Gewachsen in den extremen Lebensräumen der äquatorialen Hochanden, in reiner Luft auf 3.000 Meter Höhe und hochpotenter Lavaerde, unter der gleißenden Lichtenergie des Äquators. Diese einzigartigen Bedingungen erlauben es mit Alen® ein biologisch ebenso einzigartiges Nährstoffsubstrat mit exzellenten Näreigenschaften zu schaffen. In speziell entwickelten Verfahren werden die Nährstoffe so schonend gewonnen, dass diese ihre atomare Organisation, hohe energetische Stabilität und Bioaktivität in Pulverform beibehalten: räumlich komplexe Zellbausteine mit hoher Bioverfügbarkeit durch verwertbare Molekulargewichte.

Mit Milliarden orthomolekularen Vitalstoffen, Spurenelementen, Vitaminen, Mineralien, hochwertigen essenziellen, sterisch-links-drehenden L-Aminosäuren, sekundären Pflanzen- und Ballaststoffen. Täglich\* eingenommen, sollen diese ein umfassendes Komplementärniveau von Nährstoffen etablieren und bedeutende Synergieeffekte freisetzen. Als komplexe biologische Enzymnahrung ist sie ein ernährungsphysiologischer Schatz und sollte immer wesentlicher Bestandteil einer auf Ausgewogenheit, Leistungsfähigkeit, Kraft und Idealgewicht zielenden Zellernährung der gesamten Familie sein. Konsequenterweise sollte sie Fehlernährung vermeiden und die hochkomplexe biologische Zellregulation sowie das Mikrobiom des Darms unterstützen. Alen® - komplex ernährt.

## Argumente für Alen® Zellschädigungen durch Fehlernährung und Umweltgifte

### Ursachen:

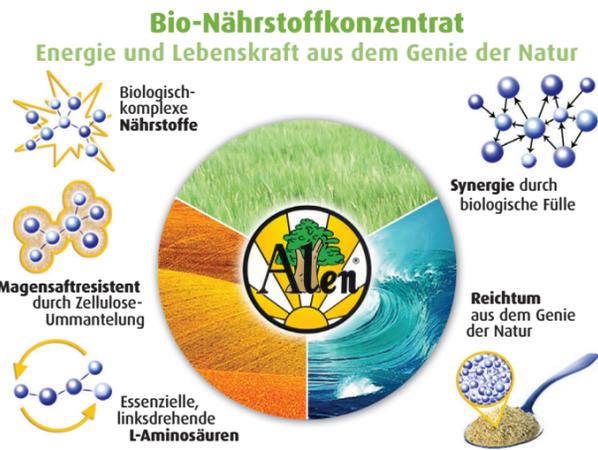
- Ernährungsbedingte Stoffwechselstörungen
- Das Verzehren von Produkten, die primär nach optischen Gesichtspunkten produziert werden und nur über geringe Mengen an verwertbaren Nährstoffen verfügen
- Die Massenproduktion von Pflanzen auf seit Jahrhunderten ausgelaugten Böden
- Die Denaturierung unserer Nahrung durch industrielle oder häusliche Verarbeitungs- und Lagermethoden
- Veränderte Ernährungsgewohnheiten und Fehlernährung.

Immer mehr Menschen nehmen, meist unbemerkt, viel zu geringe Mengen komplexer Nährstoffe zu sich, dafür leider zu viele Kohlenhydrate, schlechtes Eiweiß und übermäßig viel Zucker. Mit Risiken der Auszehrung trotz Übergewicht, Verschlackung, Übersäuerung, Zellschädigungen. Hinzu kommt die Aufnahme zerstörerischer Umweltgifte, chemische Rückstände in Trinkwasser und Nahrung, Pestizide, Medikamente, Hormone, Schwermetalle usw. Wir empfehlen die gezielte tägliche Aufnahme von Alen®, mit lebenswichtigen, biologisch hochwertigen Bionährstoffen als Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung.

## Entschlacken mit Alen®

Stoffwechsellendprodukte, Eiweißschlacken, Umweltgifte wie Schwermetalle belasten unsere Körper. Die Bindungsfähigkeit des aus Algen stammenden Mineralienanteils von Alen® hat ausleitende Qualitäten und kann so helfen, ihn auf natürliche

Weise zu reinigen. Seine stoffwechselaktiven, essenziellen L-Aminosäuren unterstützen zudem den biologischen Prozess der Verwertung von Eiweißschlacken. (siehe Ausleitung toxischer Schwermetalle mit Alen®, Paracelsus Klinik, Dr. Rau)



## Entwicklungsanforderung an Alen®

Alen® bedurfte 20 Jahre intensiver Ernährungsforschung, Entwicklung neuer Verfahrenstechniken, das Kultivieren spezieller uralter Getreidesorten unter energetischen Optimalbedingungen. In reicher Lava Erde, reiner Luft, auf 3000 Metern Höhe, unter gleißender Äquatorsonne. Nur dort verfügen diese genial angepassten Pflanzen über die erforderliche Qualität und Fülle komplexer bioaktiver Nährstoffe, aus denen Alen® entsteht. Komplettiert mit Mineralien und

Spurenelementen aus Meeressalzen der potenten Gewässer um die Galapagos Inseln. Durch innovative schonende Herstellungsverfahren werden aus seinem elitären Basismaterial die biologisch so kostbaren Bio-Nährstoffe gewonnen. Damit deren innere atomare Ordnungen phytoaktiv stabil bleiben, werden sie mit zellulosereichem Trägermaterial ummantelt. So werden auch feinste Mengen reicher Sekundärpotenziale eingefangen. Alen®, das Genie der Natur.

## Magensaftresistenter Nährstoffschutz

Bei der Verdauung zerstört die gastrische Schranke eventuell wichtige Molekülketten bereits im Magen. Daher schaffen es viele der erforderlichen Stoffe nicht in unsere Zellen. Deswegen werden sen-

sible Nährstoffe im Alen®, wie die essenziellen L-Aminosäuren, durch einen Zelluloseträger (Ballaststoff) geschützt, um dann im oberen Dünndarm von den Enzymen aufgenommen werden zu können.

## Alen® - Kompakte Bionährstoffe zur sicheren Zellversorgung der gesamten Familie

- Zur täglichen Direktversorgung: Alen® BioSuperfood für ein starkes Leben.
- Zur Unterstützung aller, die in Beruf und Alltag Höchstleistungen bringen müssen, für unsere Kinder, Senioren und für uns selbst.



## Alen® - Für mehr Energie und bessere Abwehrkräfte

- Belastungen in Familie, Beruf, Schule, Uni und im sozialen Leben sind extrem geworden. Viele Menschen leiden an energetischen, stressbedingten Problemen. Wir brauchen einerseits mehr Energie und Kraft, essen aber häufig unbewusst und gestresst, wobei der Nährwert in unserer Nahrung oft abnimmt. Tatsächlich brauchen un-

sere Körper aber immer einen optimalen Treibstoff mit komplexen Nährstoffprofilen - Alen®. Ein auf Zellniveau biologisch tiefgreifend versorgter Organismus verfügt über hohe regenerative Energiepotenziale und Kraft. Alen®-Milliarden Bioaktivstoffe für mehr Kraft und Energie.

## Superfood-Checkliste Die Versorgung mit bioaktiven Stoffen ist besonders zu empfehlen:

- Zur fundamentalen Basisversorgung aller Zellsysteme
- Als Kraftmittel zur Stärkung des Immunsystems
- Als Schlüsselfaktor zur Ernährung guter Bakterien des Mikrobioms
- Im Gewichtsmanagement zur begleitenden Nährstoffversorgung
- Zur Kollagenversorgung
- In der Nährstoffmedizin zur primärtherapeutischen Rehabilitationsbegleitung
- Zur gesicherten Versorgung bei Schwangerschaft und Stillen
- Als Beikost-Nahrung für Babys und Kleinkinder
- Zur Kräftigung der Schulkinder
- Zur Unterstützung der Senioren-Ernährung
- Als Nährstoffbooster im Sport

## Qualitätsgarantie-Biosiegel Alen® ist ein hochwertiges biozertifiziertes Nahrungsmittel

Alen® ist rein pflanzlich. Herstellung erfolgt ohne Gentechnik, frei von Pestiziden und ohne chemische Verunreinigungen.

Alen® Bio-Superfood unterliegt ständigen Qualitätskontrollen.

Biozertifiziert von KIWA BCS Nürnberg DE-Öko-001

## Entsäuern mit Alen®

Das Säure-Basen Verhältnis hat entscheidenden Einfluss auf alle Lebensvorgänge im Körper. Permanent zu sauer (unter pH-7) kann zu erheblichen Störungen wie Gefäßblockaden und deren dramatischen Folgen führen. Wissenschaftler warnen, zu viele Menschen sind heu-

te ernährungsbedingt übersäuert. Alen® ist basisch und kann Ihrem Körper helfen, effizient zu entsäuern. Es wird zudem während der Entsäuerungsphase zur begleitenden Mineralstoffversorgung empfohlen. (Literaturhinweis: Peter Jentschura, Gesundheit durch Entschlackung)

## Alen® Bio-Nährstoffe - das bessere „Fast Food“ für unsere Kinder

Zur Entwicklung ihrer Billionen Zellen brauchen unsere Kinder jeden Tag eine vollwertige Ernährung. Viele von ihnen ziehen aber heute leider mangelhafte, oft sehr ungesunde Gerichte vor. Wie großartig ist daher die gute Entscheidung und ein reines Gewissen, wenn Sie Ihrem Kind seine tägliche Ration Alen® bieten und damit fundamental zu seiner vollwertigen Ernährung beitragen.



## Anti-Aging mit Alen®

Du bist so jung wie Deine Gefäße. Die Wissenschaft weiß es: genetisch müssten wir 120 Jahre alt werden. Hilf Deinem Körper jung zu bleiben - nimm täglich Alen®!

## Alen® statt Doping Geprüft und gelistet: dopingfreies Bio-Superfood

Gezielter, stoffwechseleffizienter Bio-Superfood-Nährstoffeinsatz im Sport: bei Nationalmannschaften, Olympiastützpunkten und Profisportlern, für optimierten Zell- und Gewebeaufbau, zur Leistungssteigerung für Schnelldauerleistung, Energie und Regeneration. Olympioniken, Fußballprofis, Hochleistungs- und Ausdauersportler schwören ebenso auf Alen® wie einst der Champion Macher und erfolgreichste Boxtrainer der Welt, Fritz Sdunek, der es täglich seinen Weltmeistern gab. \*Kölner Liste zertifiziert



Alen® zur gezielten nährstofftherapeutischen Anwendung in der Nährstoffmedizin, im Amateur-Fitness- und Hochleistungssport, bei Diäten, in Fasten-, Anti-Aging-, Wellness-, Beauty- und Kosmetikstudien. In Kindergärten und Schulen. In Apotheken, Bio-, Reform- und Naturkostmärkten.



## Alen® Bio-Genialität macht den Unterschied.

Das Labor der Evolution liefert geniale molekulare Schätze, mit intelligenten Erfindungen in Milliarden phytoaktiven, pflanzlichen Verbindungen. Unsere körpereigene, hochkomplexe biologische Zellregulation erfordert qualitativ hochkomplexe Nährstoffangebote. Dieses Genie schafft nur die Natur. Entscheidend dafür ist die innere Qualität der Nährstoffe: ihre räumlich-atomare Organisation, die präzise Faltung ihrer Aminosäuren, ihre subtile Fülle, Komplexität und bioverwertbare Molekulargewichte. Denaturierte Verbindungen sind keinesfalls zwingend gleichwertig und Performance ist nie nur quantitativ. Perfektion erfordert die Gesamtheit der aktiven biologischen Energie. Alen®: nature meets science

**>> Vitamine** sind organische Substanzen, die für den Stoffwechsel des Menschen lebensnotwendig sind. Was Vitamine im Einzelnen für unseren Körper tun – und was uns passiert, wenn wir zuwenig davon aufnehmen.

**VITAMIN A (RETINOL)** ist eine gemeinsame Bezeichnung für eine größere Gruppe von chemischen Stoffen (Retinoiden) mit großer Bedeutung u.a. für das Sehvermögen, Wachstum, Haut und Schleimhäute, ständige Erneuerung der Zellen, sowie die Fortpflanzung und das körpereigene Abwehrsystem. Es hat ausgeprägte antioxidative Wirkungen.

**BETA-KAROTIN** ist eine Vorstufe des Vitamin A (sogenanntes Provitamin). Der Körper wandelt die jeweils benötigte Menge Beta-Karotin zu Vitamin A bedarfsgerecht um. Beta-Karotin kann deshalb nicht überdosiert werden! Ein hoher Anteil an Beta-Karotin in der täglichen Nahrung stellt einen ganz bedeutsamen Schutz gegen Krebs, aber auch gegen andere Krankheiten dar, dies kann unter anderem auf die antioxidative Wirkung von Beta-Karotin zurückgeführt werden. Durch die gesteigerte Aufnahme von Beta-Karotin ist auch ein schöner Teint erreichbar.

**VITAMIN B1 (THIAMIN)** ist ein Coenzym (Hilfsenzym) vieler Stoffwechselreaktionen, die Kohlehydrate unter Energieentwicklung umsetzen. Diese energiependende Stoffwechselreaktion ist besonders in der Leber und dem Nervensystem von großer Bedeutung. Für geistige Frische und gute Herzfunktion. Thiamin findet u.a. auch in der Substitution von Mangelerscheinungen bei erhöhtem Alkoholkonsum erfolgreiche Anwendung.

**VITAMIN B2 (RIBOFLAVIN)** ist wichtig für Haut und Augen, Muskelbildung, Produktion von Adrenalin, Zellatmung. Es ist von entscheidender Bedeutung bei der Energiegewinnung aus Kohlehydraten und Fett. Menschen, die viel Sport treiben oder erhöhtem physischen und psychischen Stress ausgesetzt sind, verbrauchen größere Mengen an Riboflavin. Auch Frauen in der Schwangerschaft haben ebenfalls einen erhöhten Bedarf.

**VITAMIN B3 (NIACIN)** ist wichtig für den Hirnstoffwechsel, ein gesundes Nervensystem, die Sauerstoffkapazität des Blutes. Es ist unmittelbarer Bestandteil des Zellsystems, das zur Energiegewinnung gebraucht wird. Ein Mangel an Niacin erzeugt z.B. Pellagra, eine typische Vitamin B3-Mangelkrankung mit Haut-, Magen-, Darm- und Nervensymptomen.

**VITAMIN B5 (PANTOTHENSÄURE)** hat eine besondere Bedeutung für viele Stoffwechselreaktionen, insbesondere in den Nebennieren. Es hilft Stress-Situationen besser zu meistern und wirkt entzündungshemmend. Es unterstützt die gesunde Herzstätigkeit und ist wichtig für eine gute Konzentrationsleistung des Gehirns. Ein Mangel an Pantothenensäure kann sich in folgenden Symptomen äußern: frühes Ergrauen der Haare, kleine Hautreizungen in Mund- und Augenwinkeln, Sehbeschwerden, erhöhte Reizbarkeit, Darmverstopfung und Konzentrationsschwäche.

**VITAMIN B6 (PYRIDOXIN)** umfaßt drei verschiedene, chemisch und funktionell sehr verwandte Stoffe. Sie werden Pyridoxin, Pyridoxal und Pyridoxamin genannt. Alle Formen sind wahrscheinlich gleichwertig biologisch aktiv. Das Vitamin befindet sich unter anderem in Enzymen, die im Eiweißstoffwechsel von großer Bedeutung sind. So liefert Pyridoxin in der Leber diejenigen Enzyme, die die Aminosäuren weiter verarbeiten. Hier werden bei Stress die sogenannten biogenen Amine aus Eiweißbausteinen hergestellt. Dabei handelt es sich um sehr aktive Eiweißstoffe, die insbesondere für den Nervstoffwechsel von enormer Bedeutung sind. Wichtig für die Blutbildung, Blutzuckerspiegel,

**>> Mineralien** In der Natur finden sich über 90 Grundstoffe, von denen ca. 50 in den Säugetieren selbst nachgewiesen werden konnten. Für ungefähr 20 Mineralstoffe ist im menschlichen Organismus die Wirkung bekannt. Die wichtigsten Mineralstoffe:

**KALZIUM** ist u.a. notwendig für die Bildung von Knochen und Zähnen. Die Knochen enthalten fast das gesamte Kalzium des Organismus. Der kleine Rest im Blut hat jedoch große Bedeutung für u.a. die Nerven und Muskelfunktionen, sowie die Fähigkeit zur Blutgerinnung.

**PHOSPHOR** ist wie Kalzium ein lebensnotwendiger Stoff und vorwiegend in den Knochen. Es ist auch Bestandteil vieler Enzyme u.a. auch als energiereiche Verbindung am Freisetzen und Wiederaufbau von Zellenergie (ATP, ADP) beteiligt.

**MAGNESIUM** ist an der Wirkung von rund 300 Enzymen beteiligt. Es wird in zunehmendem Maße bei Herzkrankheiten eingesetzt. Es hat eine ausgesprochen große Bedeutung u.a. für die gesunde Funktion von Muskeln, Nerven, Knochen und Bindegewebe.

Wasserhaushalt. Was generell für alle B-Vitamine gilt, gilt für Peridoxin im Besonderen: Alle B-Vitamine sollen in ihrer von der Natur erdachten Kombination aufgenommen werden, d.h. die Aufnahme isolierter B-Vitamine führt häufig zu einem Wirkungsverlust dieses Vitamins.

**VITAMIN „H“ (BIOTIN)** hat mehrere Funktionen im Stoffwechsel, u.a. für Haut, Muskeln und Gelenke, gesunde Darmflora. Biotin ist für die Energieversorgung der Nerven wichtig (Nervenstärke), weil es den Blutzuckerspiegel anhebt. Es ist das Vitamin des Muskels, weil es die Aminosäuren Valin, Leucin und Isoleucin, die im Muskel in hohen Konzentrationen vorkommen, aktiviert.

**VITAMIN „BC“ (FOLSÄURE)** hat wichtige Funktionen in der Zellteilung. Sie ist ein Vitamin B12 gekoppelt, sorgt für Nervenstärke, Dynamik, Zellerneuerung, Leberfunktion, Magen-Darm-Tätigkeit und ist für eine gesunde Embryonalentwicklung von großer Bedeutung, so dass sie Schwangeren empfohlen wird. Fehlt Folsäure, kann es zu physischen und psychischen Störungen kommen. Sie ist im Knochenmark an der Blutbildung beteiligt.

**VITAMIN „B10“ (PARAAMINO-BENZOESÄURE)** ist ein wichtiger Bestandteil der Darmflora und hält sie gesund. Es ist eine Art „Vitamin im Vitamin“ und tritt nahezu ausschließlich in Kombination mit Folsäure auf. Es ist für eine glatte, gesunde Haut und volles, farbkrafftiges Haar von großer Bedeutung.

**VITAMIN B12 (COBALAMIN)** ist von großer Bedeutung für Wachstum, Eisenverwertung, Muskelleistung, Knochenaufbau und Nervenstärke und für die Bildung der roten Blutkörperchen. Ein Mangel an diesem Vitamin erzeugt u.a. Blutarmut (pernöse Anämie) und Symptome des Nervensystems (gestörtes Gleichgewicht und Tastgefühl). Die Aufnahme ist von einer normalen Enzymproduktion im Magen abhängig.

**VITAMIN C (ASCORBINSÄURE)** ist ein wichtiger Bestandteil vieler Stoffwechselreaktionen in der Zelle. Es hat große Bedeutung für die normale Geweberegeneration und für die Immunabwehr. Es schützt vor vorzeitigem Altern, sorgt für gesunde Nerven, hilft beim Abnehmen, wichtig für die Eisenverwertung. Das Vitamin ist ein wichtiges Antioxidans. Die Symptome bei beginnendem Vitamin C-Mangel sind: größere Neigung zu Erkältung, vermehrte Schleimhautentzündungen, Müdigkeit, Konzentrationsmangel, Schlafstörung, Zahnfleischbluten und Venenschwäche.

**VITAMIN E (TOCOPHEROL)** wirkt als Antioxidans zur Krebsprophylaxe. Es schützt die Zellmembran und die darin enthaltenen Fettstoffe gegen den Angriff von freien Radikalen (einem sehr schädlichen Oxydationsprozeß). In größeren Mengen verbessert es die Zuckeraufnahme in die Zellen. Zudem schützt es Vitamin A vor Zerstörung. Es hat einen günstigen Einfluß auf die Durchblutung, da es positiv auf die Blutgerinnung wirkt. Und der Verklumpung (Thrombosebildung) im Blut vorbeugt. Wissenschaftler gehen davon aus, daß ein Mangel an Vitamin E beim Mann zu ungenügender Spermienproduktion und damit zur Unfruchtbarkeit führen kann. Wichtig für Muskelkraft und Ausdauer.

**INOSITOL** ist ein potentiell lebensnotwendiger Stoff, der als Botenstoff in den Zellen wirkt. Inositol reguliert das Zusammenspiel von Kupfer und Zink in unseren Gehirnzellen. Augenbeschwerden, Kreislaufstörungen, Schlafstörungen und Nervenschwäche können die ersten Mangelsymptome sein.

**ISEN** unterstützt den Sauerstofftransport im Blut und in den Muskeln. Da es ein Teil des Hämoglobins (roter Blutfarbstoff) ist, verlieren Frauen Eisen mit dem Menstruationsblut und haben u.a. deshalb einen größeren Eisenbedarf als Männer.

**ZINK** ist ein lebensnotwendiges Element, das in über 200 Enzymen gefunden worden ist. Zink ist notwendig für die Umsetzung von Vitamin A und mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Es hat große Bedeutung für Haut, Nägel, Schleimhaut, Bauchspeicheldrüse und viele andere Organe.

**KUPFER** hat in den letzten Jahren zunehmende Aufmerksamkeit erfahren. Es ist Bestandteil des Hämoglobins und des körpereigenen Antioxidations-systems.

**SELEN** ist ein Spurenelement. Es senkt als Antioxidanz das Krebsrisiko, unverzichtbar als Powerstoff (innere Dynamik),

**>> Aminosäuren** sind kleine Bausteine, aus denen unsere Proteine aufgebaut sind. Acht Aminosäuren werden als lebenswichtig (essenziell) angesehen. Essenzielle Aminosäuren müssen mit der Nahrung zugeführt werden und können vom Körper nicht selbst hergestellt werden. Es gilt als sicher, daß diese Aminosäuren nur von Pflanzen und Algen in genügendem Maße für den eigenen Verbrauch gebildet werden können. Nur Aminosäuren können vom Organismus aufgenommen werden.

Fehlen dem Organismus ein oder mehrere Aminosäuren, wird die Proteinbildung geschwächt oder kommt zum Stillstand. Der Proteinaufbau ist insbesondere abhängig von Vitamin C, Thiamin (Vitamin B12), Niacin (Vitamin B3), Pyridoxin (Vitamin B6), Cobalamin (Vitamin B12), Folsäure, Eisen und Magnesium.

**HISTIDIN (HIS)** ist teilweise lebensnotwendig (essenziell). Es setzt Wachstumshormone frei und ist deshalb notwendig für das normale Wachstum bei Kindern und Erwachsenen, sowie bei psychischem Stress. Es bildet Histamin, transportiert Kupfer und reguliert den Tagesrhythmus des Menschen. Mangel an Histidin hat eine herabgesetzte körpereigene Abwehr zur Folge.

**ALANIN (ALA)** stimuliert das Hormon Glucagon und transportiert Zucker von der Leber in die Muskelzellen. Blockierungen dieses Transportes führen zu Müdigkeit. Alanin ist an der Fettmobilisation beteiligt. Es ist besonders in elastischen Fasern vorhanden. Seine Bildung ist von Pyridoxin abhängig, um verbrauchte Zellen zu eliminieren.

**CYSTIN (CSN)** wird aus Cystein gebildet und bildet es wiederum aus sich selbst.

**CYSTEIN (CYS)** ist eine schwefelhaltige Aminosäure und im Stoffwechsel weit verbreitet. Es wird aus Methionin gebildet. Cystein ist ein Vorstadium zu Taurin und so von Bedeutung für den Umsatz von körperfremden Stoffen wie z.B. Umweltgiften, sowie für die Stabilisierung der Zellwand und für die Fähigkeit der weißen Blutkörper fremde Organismen und verbrauchte Zellen zu eliminieren. Cystein ist in elastischen Fasern vorhanden. Es ist an der Fettaufnahme als ein Teil der Gallensäure beteiligt. Ein Mangel bewirkt eine gehemmte Immunabwehr gegenüber gewebefremden Stoffen, allergieähnliche chemische Sensitivität und einen erniedrigten Blutzucker, indem Cystein Insulin abbauen kann.

**ARGININ (ARG)** wird als teilweise lebensnotwendig gewertet, da es für das normale Wachstum der Kinder notwendig ist. Ein erhöhter Bedarf entsteht schon bei physiologischem Stress. Es setzt Wachstumshormone frei und stimuliert die Mobilisation von Insulin (senkt den Blutzucker). Das Wachstumshormon stimuliert u.a. das Immunsystem, fördert die Wundheilung und Leberregeneration und schützt das Nervensystem. Es ist ein Teil des anti-diuretischen Hormones (ADH), das die Harnausscheidung der Nieren reguliert und somit auch den Blutdruck. Via Zitruillin (siehe Ornithin) entstehen Stickstoffoxide (NO) in den Lymphozyten und Makrophagen; Stickoxide (NO) sind für ihre Fähigkeit Mikroorganismen zu vernichten bedeutsam. NO wird auch in

der glatten Muskulatur gebildet und bewirkt hier eine Entspannung mit verbesserter Durchblutung.

**ASPARAGIN (ASN)** wird u.a. für den Transport von Ammoniak (NH3) verwendet, aus Aspartat gebildet und erzeugt selbst wiederum auch Aspartat. Gesunde Zellen bilden Arginin. Krebszellen dagegen sind hierzu nicht in der Lage. Dies wird für die Krebsbehandlung genutzt. Arginin findet sich in Proteinen und ist wichtig für eine korrekte Identifikation der Zellen durch weiße Blutkörperchen. Die Bildung von Asparagin ist von Magnesium abhängig.

**ASPARTAT (ASP)** fungiert als Transmitter bei aktivierenden Impulsen im Nervensystem. Es ist u.a. im schmerzverarbeitenden System im zentralen Teil des Gehirns vorhanden. Wichtig für den Zellstoffwechsel. Die zelluläre Konzentration steigt mit dem Alter. Aspartat wird natürlicherweise von Bakterien verwendet, um ihre eigene Fähigkeit, sich im Körper zu bewegen, zu verbessern.

**THREONIN (THR)** ist eine lebensnotwendige (essenzielle) Aminosäure. Sie erhöht die Zuckerfreisetzung im Blut durch das Hormon Glucagon. Threonin ist am Aufbau der Zellwand und der Zellkanäle, wie unter Serin beschrieben, beteiligt. Es transportiert Kupfer in die Zelle. Threonin wird sehr langsam vom Darm aufgenommen, weswegen es oft bei Magen-Darm-Beschwerden, die zur schlechten Verdauung führen, verloren geht. Zusammen mit Asparagin, Serin, Hydroxyprolin und Hydroxylysin ist Threonin wichtig für die Immunabwehr.

**GLUTAMINSÄURE / GLUTAMAT (GLU)** wirken als aktivierende Impulsträger im Nervensystem. Sie bilden mit Pyridoxin (GABA), das ein Nervenleistungshemmer ist (beruhigend wirkt). Mangel an Pyridoxin führt zu Mangel an GABA. Dies beeinträchtigt die mentale Gesundheit. Glutaminsäure trägt zur Gedächtnisbildung bei. Sie verarbeitet Schmerzimpulse zentral im Gehirn und leitet Höhrimpulse vom inneren Ohr zum Gehirn. Sie wirkt an der Bildung von Folsäure mit. Wenn Glutamat nicht laufend ausgeschieden wird, werden Kopfschmerzen, Müdigkeit und Muskelschwäche hervorgerufen.

**GLYCIN (GLY)** stimuliert die Zuckerfreisetzung durch das Hormon Glucagon und hemmt die Impulsleitung im Nervensystem im Rückenmark und Hirnstamm. Es befindet sich reichhaltig in Knochen, Knorpel, Haut und Sehnen, und in Hämoglobin (roter Blutfarbstoff). Es reduziert Reizungen des Magens und bildet Kreatin.

**LYSIN (LYS)** ist eine lebensnotwendige (essenzielle) Aminosäure. Sie befindet sich

in Gewebefasern und in elastischen Fasern, sowie in Hormonen. Lysin hat Bedeutung für den Fettstoffwechsel und die Energieproduktion in den Energiezentren der Zellen (Mitochondrien) über das Carnitin. Die Bildung von Lysin ist von Vitamin C, Niacin, Pyridoxin und Eisen abhängig. Mangel an Lysin führt zu einer herabgesetzten Immunabwehr, Blutarmut, schlechtem Appetit und Gewichtsverlust. Lysin hat möglicherweise Wirkung gegen Herpesvirusinfektionen.

**PROLIN** ist reichhaltig in elastischen Fasern zusammen mit Glycin und Valin enthalten. Diese drei zusammen geben den Fasern eine gummiartige Struktur. Sie erhöhen die Fähigkeit der weißen Blutkörperchen, sich zu bewegen. Damit stärkt Prolin die Immunabwehr. Generell ist Prolin ein wesentliches Element in Gewebefasern.

**SERIN** erhöht die Zuckerfreisetzung durch das Hormon Glucagon. Es ist in Fettstoffen der Zellwände vorhanden und hat eine wesentliche Bedeutung für die Zellregulation. Man findet es in den Zellkanälen, die für die innere und äußere Kommunikation der Zelle große Bedeutung haben. Serin befindet sich in der Zellwand und hat hier Bedeutung für die Kommunikation zwischen den Zellen, indem es Kernproteine durch die Zellwand transportiert. Möglicherweise ist Serin an der Nervenzellregeneration beteiligt. Serin ist aktiv an der Aufspaltung von Proteinen im Magen-Darmsystem als Teil der Enzyme Trypsin, Chymotrypsin und Pepsin beteiligt. Gleiches gilt für die Aktivität der weißen Blutkörperchen (Immunabwehr).

**VALIN (VAL)** ist eine lebensnotwendige Aminosäure. Sie bildet einen Komplex mit Glycin, Prolin, Leucin und Isoleucin. Valin hemmt den Muskelabbau. Valin wird in Bindegewebe und elastischem Gewebe gefunden und fördert die Wundheilung. Menschen mit schlechter Funktion der Bauchspeicheldrüse und Lebensmittellergie haben oft Mängel an Valin, Leucin und Isoleucin.

**METHIONIN** ist eine schwefelhaltige lebensnotwendige Aminosäure. Es ist an der Erzeugung von unzähligen Stoffen z.B. Cystein und Phosphatidylcholin beteiligt. Insbesondere der Nervenzellwand. Der Methioninmetabolismus ist sehr häufig gestört. Es unterstützt die Fähigkeit des Körpers Umweltbelastungen zu verkraften, sowie Serotonin, Melatonin, Dopamin, Adrenalin und Noradrenalin zu bilden. Bedeutung für Schlaf, Schlaf-rhythmus, eine gute Laune, Schmerzempfindung, eine frische Hautfarbe, gute Bewegungskontrolle und Koordination, Nervenimpulsüberleitung vom autonomen Teil des Nervensystems. Methionin ist sehr wichtig für unsere Existenz.

**ISOLEUCIN (ILE)** ist eine lebensnotwendige Aminosäure, sie befindet sich im Hormon Oxytocin, das wiederum eine Rolle bei der Inangangsetzung der Geburt (Wehen) und der Milchproduktion spielt. Die Bildung von Oxytocin wird durch psychischen Stress gehemmt. Siehe auch Valin.

**LEUCIN (LEU)** ist eine lebensnotwendige Aminosäure. Sie stimuliert die Insulinmobilisation (senkt den Blutzucker). Sie fördert die Wundheilung. Siehe auch Valin.

**TYROSIN (TYR)** wird aus Phenylalanin in der Leber gebildet. Tyrosin kann den Bedarf an Phenylalanin bis zu 70% ersetzen. Tyrosin ist ein Vorstadium für Dopa, Dopamin, Noradrenalin, Adrenalin, Tyroxin (Hormon des Schilddrüsenstoffwechsels), sowie des Nervenzellwachstumsfaktors und ist von Bedeutung für die Pigmentierung der Haut. Tyrosin ist in den Zellkanälen und Teil des Laminins. Laminin ist ein Protein, das die Innenseite der Nervenzellen trägt. Bei Nervenbeschädigung ist Laminin der Wegweiser für die Nervenzelle in der leeren Nervenscheide. Laminin hemmt experimentell die Metastasierung von Tumoren, indem es die Zellverbindung stabilisiert. Ein Mangel an Tyrosin kann zu Apathie, Gleichgültigkeit, Depression, niedrigem Blutdruck, Müdigkeit, Gewichtsabnahme und erniedrigter Körpertemperatur als Zeichen herabgesetzter Schilddrüsenfunktion führen. Außerdem kann es Unruhe in den Beinen bewirken. Der Umsatz und die Bildung von Tyrosin ist abhängig u.a. von Phenylalanin, der Proteinzufuhr, Eisen, Magnesium, Insulin, Niacin, Folsäure und Vitamin C.

**PHENYLALANIN (PHE)** ist eine lebensnotwendige Aminosäure. Da Phenylalanin Tyrosin bildet, gilt das für Tyrosin genannte auch hier. Ein Mangel an Phenylalanin in der Erbmasse führt zu zystischer Fibrose mit Versagen der Bauchspeicheldrüse.

**ORNITHIN (ORN)** und Zitruillin sind "flüchtige" Aminosäuren. Das heißt, daß sie nicht in den Proteinen vorkommen, sondern nur als Zwischenprodukte in der Umsetzung von anderen Aminosäuren auftreten.

**TRYPTOPHAN (TRP)** ist eine lebensnotwendige Aminosäure. Sie wird in der Behandlung von Schlafstörungen verwendet und hat bei bestimmten Schmerzsyndromen eine positive Wirkung. Pyridoxin und Vitamin C sind wichtige Stoffe zur Verarbeitung von Tryptophan. Ein Mangel an Tryptophan führt unter anderem zur Schwächung des Immunsystems, Schlafstörungen und Schmerzen.

## >> Anwendungsempfehlung:

■ Bitte halten Sie folgende Dosierung ein: Erwachsene 2x1 geh. El täglich vor dem Essen (15 g morgens, 15 g nachmittags oder abends), Kinder bis 13 Jahre die Hälfte, eingerührt in Wasser, Saft oder in Ihr Lieblingsgetränk. Trinken sie viel!

Nach dem Anrühren sofort trinken! Kühl und trocken lagern. Produkt außerhalb der Reichweite kleiner Kinder aufbewahren.

■ Wo gibt's Alen®? Alen® ist seit 1994 als Nahrungsergänzung verschreibungsfrei in allen Apotheken, in guten Reformhäusern und Bio-Läden erhältlich.

■ Alen® hat einen biologischen Schutz gegen Bakterien, Salmonellen, Hefe- und Schimmel-

pilze. Bei verschlossener Dose ist dieser 3 Jahre aktiv, bei geöffneter Dose ein halbes Jahr. Das Material darf nicht feucht werden.

■ Alen® sollte bei Einnahme mit Wasser oder Saft sofort verzehrt werden, damit die phytoaktiven Stoffe im feuchten Niveau nicht zugrunde gehen. Alen® darf nicht erhitzt werden. Haltbarkeit siehe Rückseite der Dose.

BESTELNUMMERN IN IHRER APOTHEKE: Deutschland: PZN 06164895 Österreich: PZN 17 73 632 Schweiz: Pharmacode 3888687

## >> Literatur Zur weiteren Information empfehlen wir folgende Schriften:

- Dr. Oscar Vargas-Machuca: Neue Erkenntnisse in der menschlichen Ernährung, und: Alen™ – eine Hoffnung für das Leben.
- K.H. Harnusch Magnetfeldtherapie. Jopp Oesch-Verlag, s. 53 f, 54 ff.
- Peter Jentschura / Lohkämper: Asparaginsäure, ein Risiko für die Menschheit. Fit fürs Leben Verlag, S.142.

- Dr. Thomas Rau, Schwermetall-entgiftung mit Alen und Biologische Medizin, FONamed. S.260-271
- Dr. Gerald Conti, Los Angeles, USA: Alen – Verbraucher-Anwendung.
- Dr. Wilhelm Scharfenkamp, ehem. Leiter der Deutschen Raumfahrt: Deutschland entdeckt intelligentes Superpulver.
- Dr. Theodor Bänder, Naturmediziner und Tropenarzt: Anti-Ageing mit Alen.

GENERALIMPORTEUR DISTRIBUTION EUROPA

BIO PLANET GmbH 21129 Hamburg  
BESTELL-HOTLINE: 00 49-(0) 40 589 741-0  
E-MAIL: info@bio-planet.com  
Besuchen Sie unsere Homepages  
www.bio-planet.com  
www.alen-eveliza.eu



Alen® ist ein Lebensmittel zur Nahrungsergänzung – kein Medikament. Informationen für die Heil- und Pflegebeber.

ÜBERREICHT DURCH (Händlerstempel)