

LIVE WEBINAR · ALLGEMEINE INFORMATION

Deine Mitochondrien. Dein Fundament.

Endlich eine sinnvolle Basisversorgung -
mit System supplementieren statt wahllos Trends folgen

Eine digitale Informations-Veranstaltung der MITOcare GmbH, München

WER WIR SIND

MITOcare – die Experten für systemische Mikronährstofflösungen.

MITOcare wurde 2013 in München gegründet – aus dem Wunsch, Wissen aus der Praxis, altes Wissen über die Naturgesetze & den menschlichen Stoffwechsel in die Welt zu tragen. Darauf abgestimmt entwickeln wir Premium-Mikronährstoffe – durchdacht & nach einer klaren Logik: dem Prinzip Causa Logica.

2013

Von 2 Ärzten in München
gegründet

100+

Eigens entwickelte Premium
Mikronährstoffe

100%

Ganzheitlicher Ansatz
Bei allem, was wir tun



WER WIR SIND

Christian Burghardt.

**CO-GRÜNDER & GESCHÄFTSFÜHRER**

» *Messen. Machen. Messen.* «

Seine große Leidenschaft sind Mitochondrien – die Kraftwerke unserer Zellen. Sie sind der Ursprung & die Kernkompetenz von MITOcare und spielen im gesamten Stoffwechsel eine zentrale Rolle. Genau diese Expertise bringt Christian in das Thema Supplementierung ein.

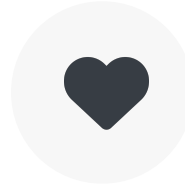
Aus dieser Begeisterung für den Zellstoffwechsel hat Christian Burghardt das Prinzip Causa Logica entwickelt: einen klaren, logischen Leitfaden statt zufälliger Einnahme. Sein Credo: »Messen, machen, messen« – fundiert und durchdacht, nicht nach Bauchgefühl.

WICHTIGER HINWEIS BEVOR WIR STARTEN

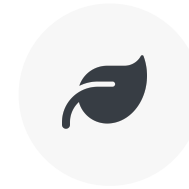
Kurz zur Einordnung.



Information



Keine Beratung



**Nahrungsergänzungsmittel =
Lebensmittel**

WAS DICH HEUTE ERWARTET

Vier Schritte zum Verständnis.

1

Warum Supplementierung sinnvoll sein kann

Alltagsstress, Longevity & Supplementierung.

2

Das Problem: zu viele Trends

Warum die meisten verwirrt sind.

3

Mitochondrien als Fundament

Warum sie nicht nur 1 der 12 »Hallmarks of Aging« sind.

4

Die Lösung: Basisversorgung nach dem Prinzip Causa Logica

Unser Leitfaden eine durchdachte Basisversorgung.

FRAGE AN EUCH

Nehmt ihr bereits Nahrungsergänzungsmittel?

Schreibt JA oder NEIN in den Chat

Was im Alltag auf den Körper einwirkt.

Im modernen Alltag begegnen uns viele Einflüsse – ein guter Grund, die Basis bewusst zu stärken.



Stress & Schlaf

Wenig Erholung im Alltag



Umwelt & Feinstaub

Belastungen aus der Luft



Mikroplastik

Aus Verpackung & Umwelt



Schwermetalle

Aus der Umwelt



Pestizidrückstände

Auf Lebensmitteln



Verarbeitete Kost

Wenig Nährstoffdichte



Wenig Bewegung

Sitzender Alltag



und vieles mehr

Elektrosmog, WLAN u.v.m.

Genau deshalb lohnt es sich, die Basis bewusst zu stärken – mit Lebensstil, Ernährung und einer durchdachten Grundversorgung.

WARUM LONGEVITY FÜR JEDEN ZÄHLT

Der Longevity Lifestyle ist nur die halbe Miete.

Die meisten Trends zu Longevity vergessen das wichtigste – die Basis!



Lebensstil

Kälte, Sauna, Bewegung, Schlaf,
Stressbalance & Erholung im Alltag.



Ernährung

Eine ausgewogene, nährstoffreiche
Ernährung als Grundlage &
gezieltes Fasten.

**FOKUS HEUTE**

Wird oft vergessen: eine solide
Basisversorgung, damit deine
Zellen richtig versorgt sind.

WARUM LONGEVITY FÜR JEDEN ZÄHLT

Reize brauchen ein **Fundament**.



Methode ohne Basis

Wie Solarpaneele auf einem Haus ohne Fundament – und wir wundern uns, dass es nicht hält.



Reiz ohne Baustoff

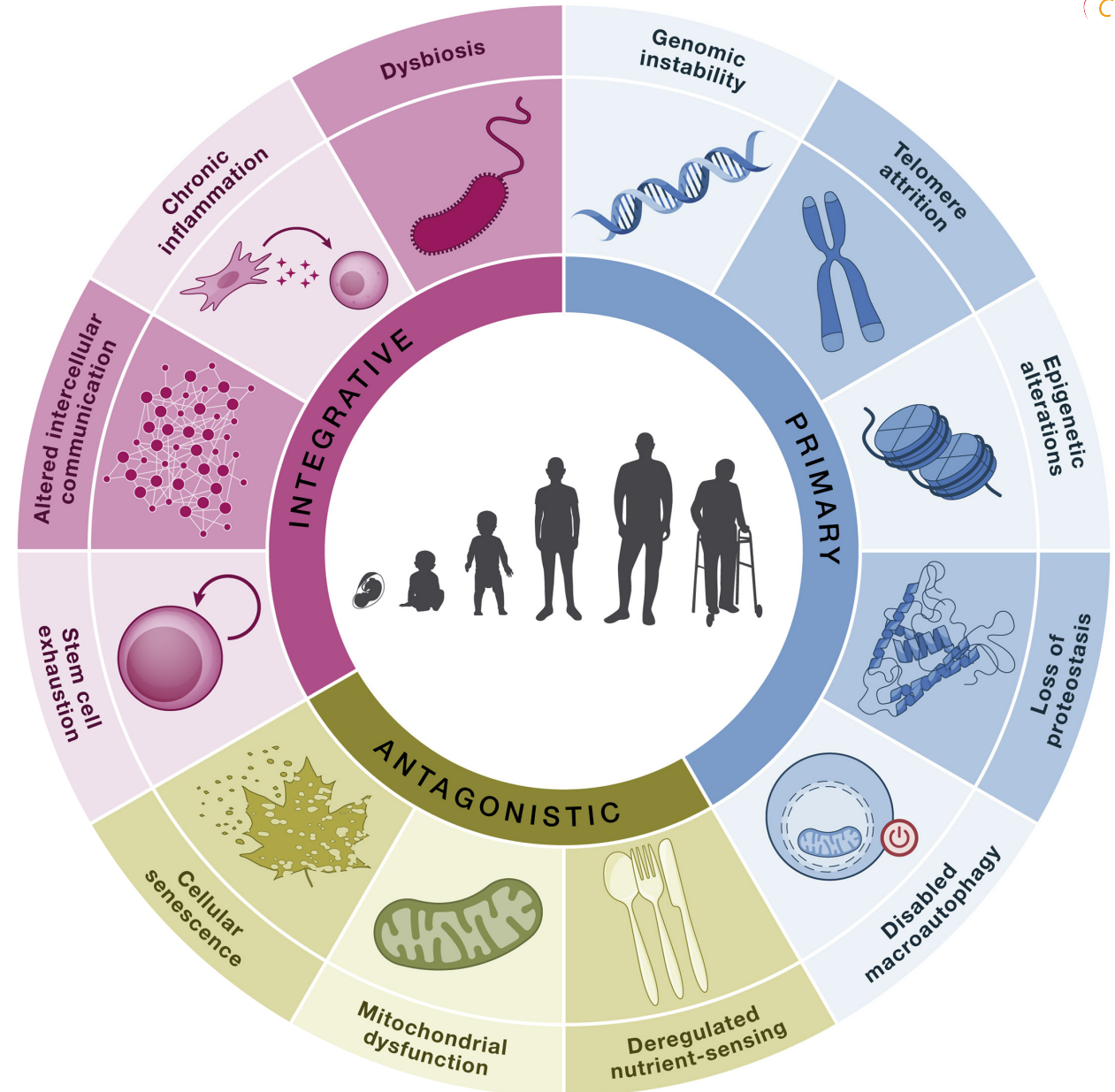
Kälte, Fasten, Sauna & Training sind der Reiz. Ohne Bausteine wird daraus kein Aufbau – **sondern Abbau.**

Erst das **Fundament**. Dann die Reize.

Longevity auf Zellebene betrachtet.

Die »**Hallmarks of Aging**« beschreiben die zentralen Mechanismen, die Zellen altern lassen. Sie machen sichtbar, wo die Ursachen liegen – und geben uns zugleich eine Landkarte, an welchen Stellschrauben wir ansetzen können, um den Körper auf dem Weg zu einem gesunden Altern zu unterstützen.

Heute beschäftigen wir uns mit einer fundierten Basis, um deinen Zellen ein stabiles Fundament bereit zu stellen!



DAS PROBLEM

Wo fange ich an?

Hunderte Produkte. Ständig neue Trends, Hacks und widersprüchliche Tipps.
Was zuerst? Was kombinieren? Wie viel?

Trend-Moleküle

Mono-Hochdosen

Influencer-Tipps

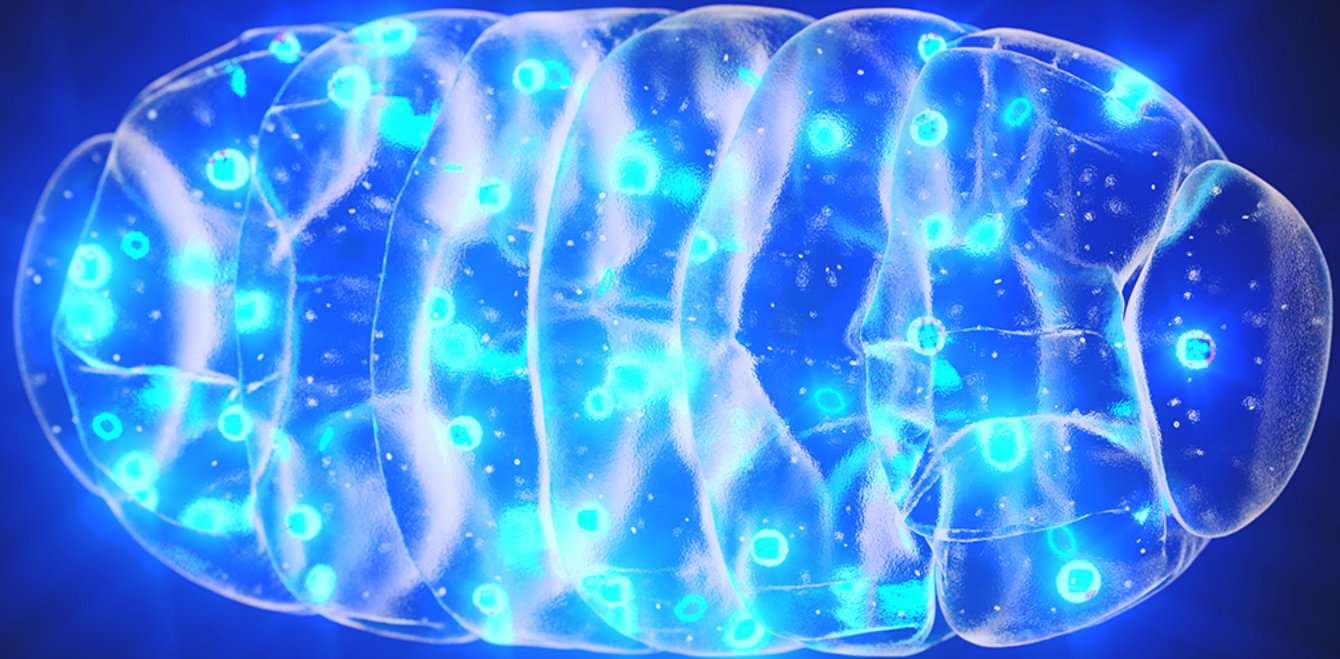
»Geheimtipps«

Alles auf einmal

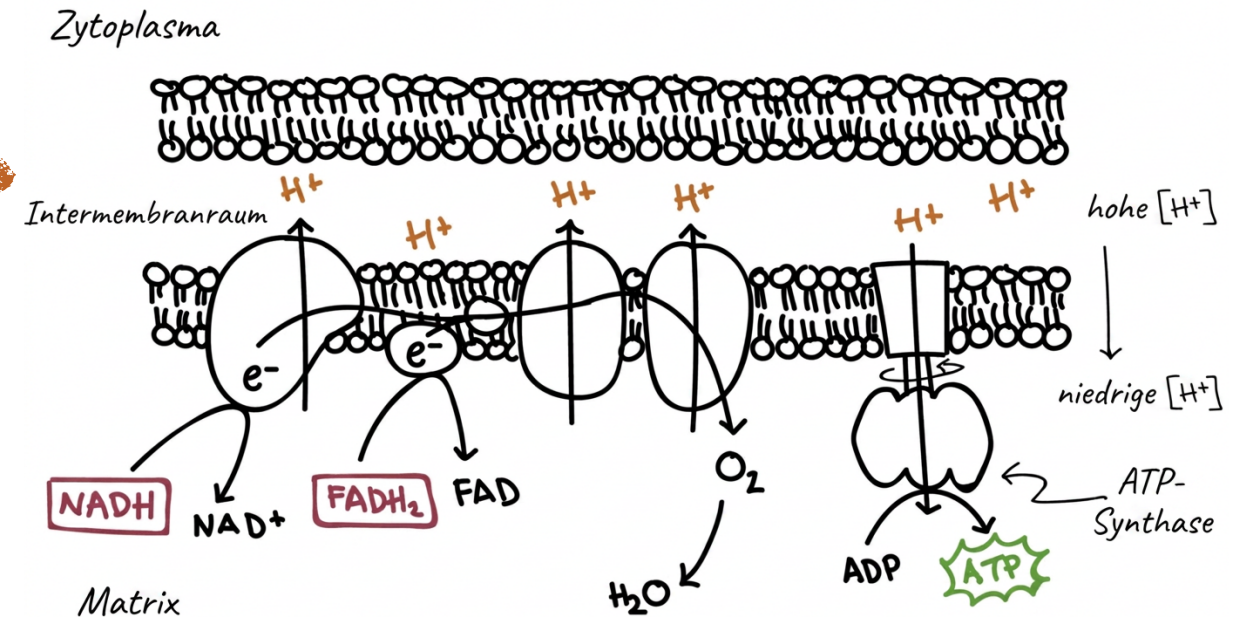
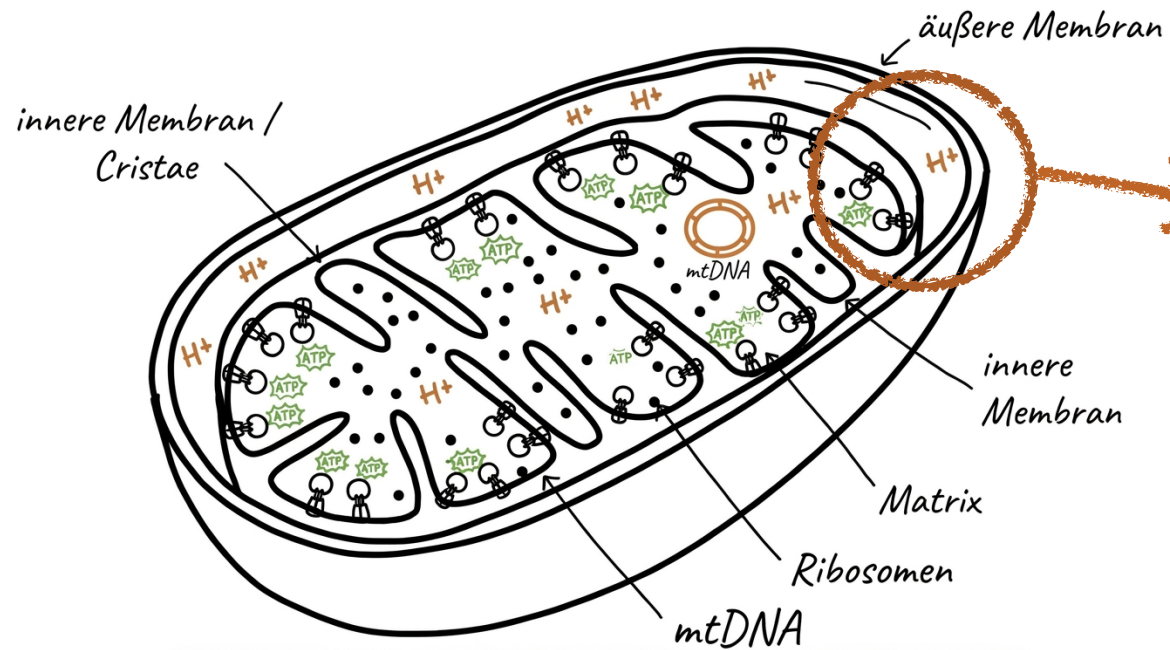
Widersprüche

Dir hat nur nie jemand die **Reihenfolge** erklärt.

Leben ist Strom.



Leben ist Strom.



DAS FUNDAMENT, DAS WIR GESUCHT HABEN

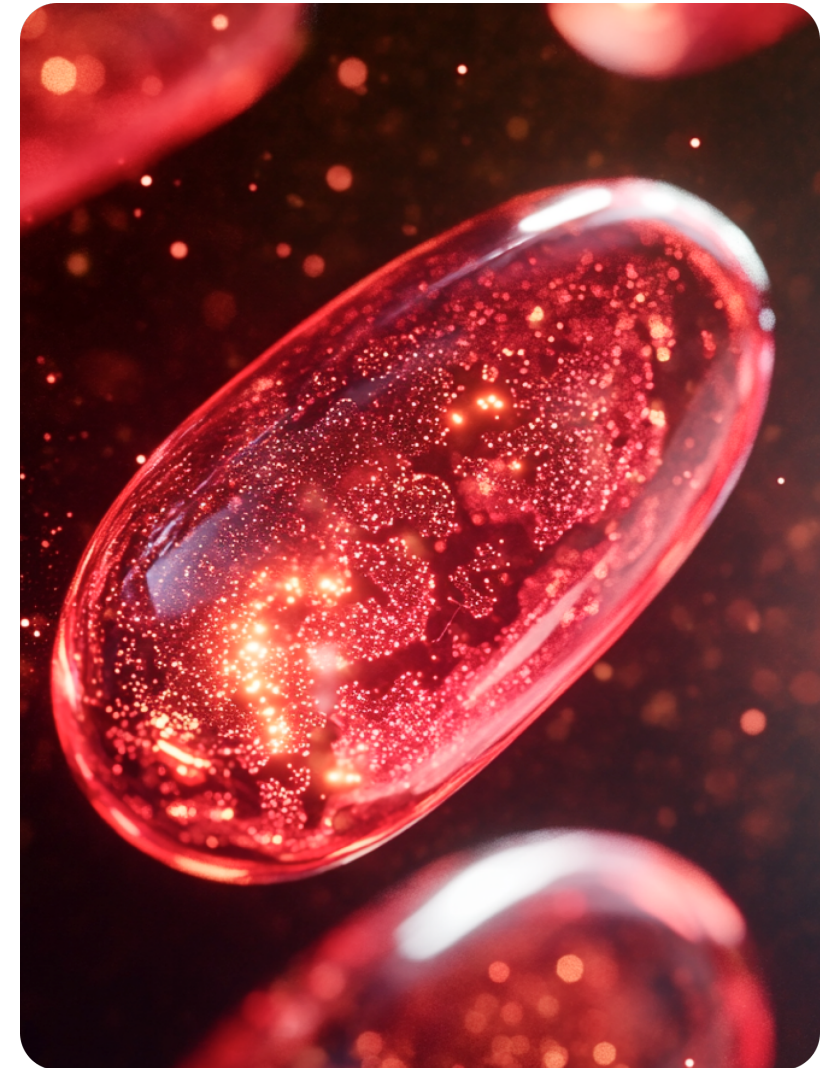
Zellenergie als Fundament.

Das Fundament & der Leitfaden, nach dem wir gesucht haben.

Mitochondrien sind nicht eines von zwölf Kennzeichen des Alterns – sie sind das Fundament der anderen elf.

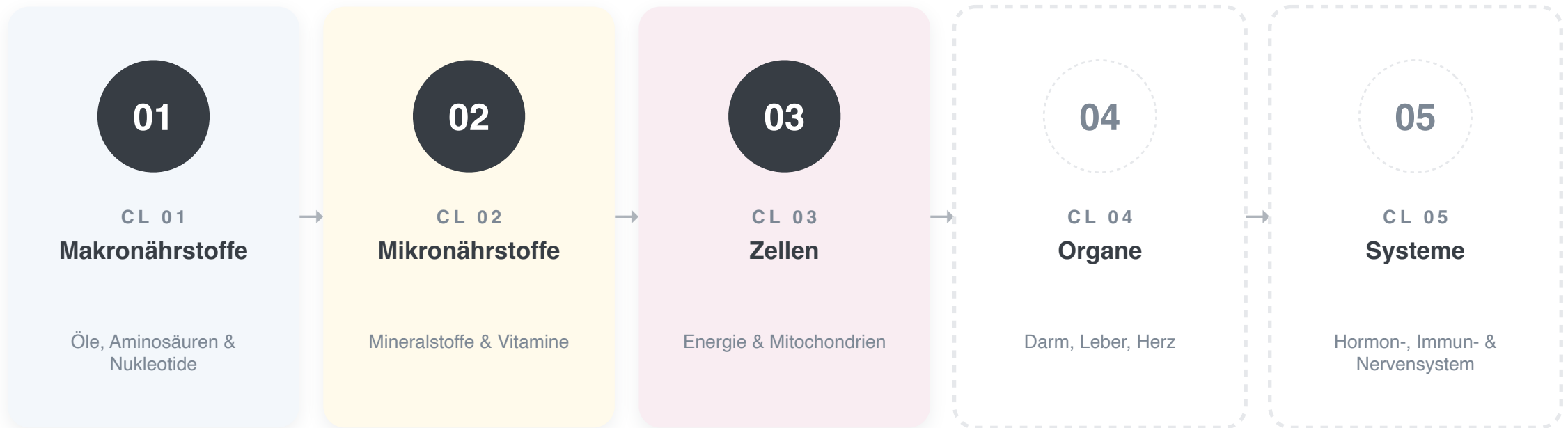
Sind sie nicht ausreichend versorgt, gerät das ganze System ins Wanken.

Erschaffen wir die Basisversorgung für deine Mitochondrien & du hast das Fundament für deine Zellenergie gelegt!



Das Prinzip Causa Logica von MITOcare.

Das Prinzip Causa Logica orientiert sich am menschlichen Stoffwechsel & dient als Orientierungshilfe für eine Supplementierung mit System – von der Basisversorgung bis zur individuellen Feinabstimmung.



FOKUS HEUTE: DAS FUNDAMENT FÜR ZELLENERGIE (CL 01-03)

Von der Hülle bis zum Motor.

Zunächst versorgen wir die Zellen mit den grundlegenden Bausteinen, die für Zellstrukturen, Membranen & Proteine benötigt werden. So entsteht ein stabiles Fundament für die tägliche Basisversorgung.

Darauf aufbauend folgt– der Kraftwerke unserer Zellen. Sie wandeln die Unterstützung der Mitochondrien In Nährstoffe in Energie um & spielen eine zentrale Rolle für zahlreiche Stoffwechselprozesse.



EBENE 01 · PRINZIP CAUSA LOGICA

Makronährstoffe.

Die fundamentalen Baustoffe für deine Zellen

→ Lipide & Öle

→ Proteine & Aminosäuren (mit Nukleotiden)

Öle. Öle.Öle. Für die Zellmembran.

Jede Zelle ist von einer Membran umhüllt. Hochwertige Fettsäuren halten sie flexibel. Fett wird zudem für die Aufnahme fettlöslicher Vitamine benötigt.



Membran-Fluidität

Die Zusammensetzung der Membran beeinflusst ihre Flexibilität & Anpassungsfähigkeit.



Fettlösliche Vitamine

Fette unterstützen die Aufnahme der fettlöslichen Vitamine A, D, E und K.



Bausteine

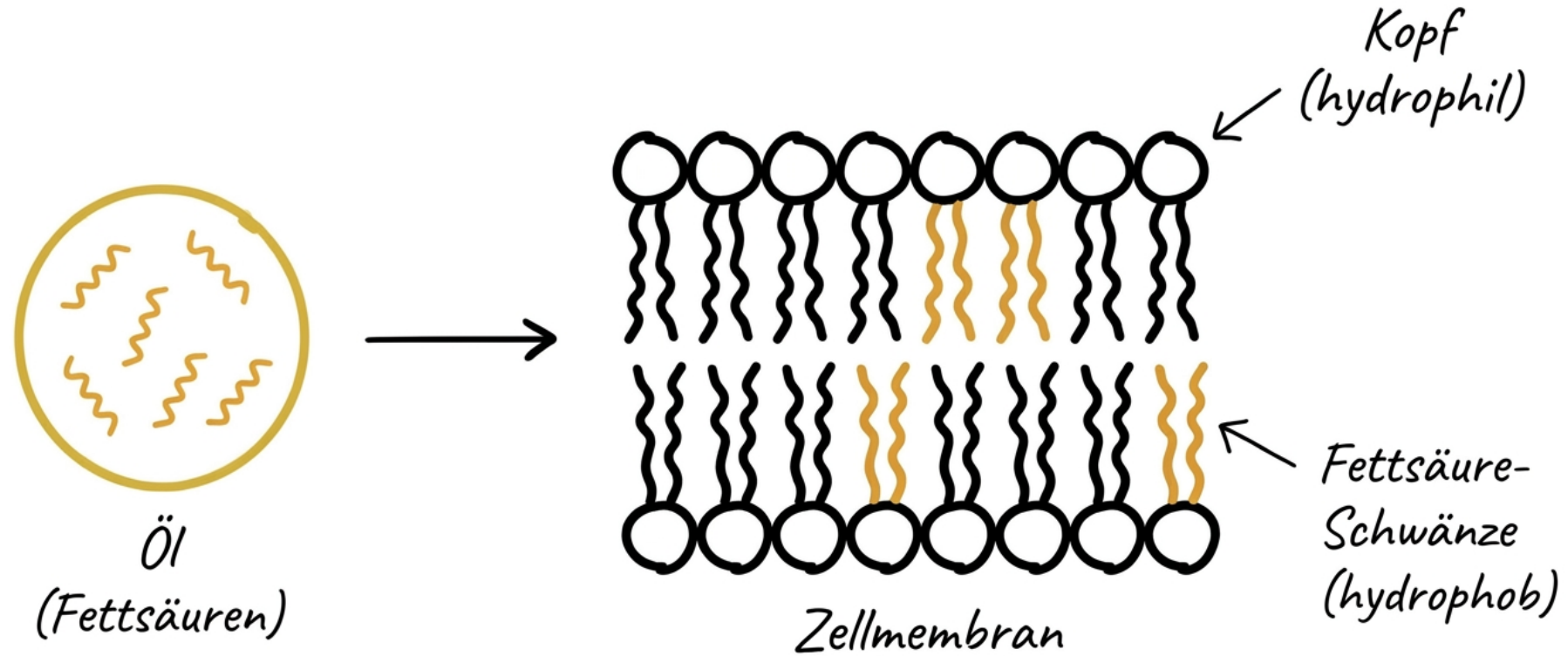
Phospholipide bilden die Grundstruktur biologischer Membranen.



Omega-3 im Fokus

Omega-3-Fettsäuren sind natürliche Bestandteile biologischer Membranen.

Öle. Öle.Öle. Für die Zellmembran.



* Gesunde Öle = flexible Membran

Bluttest Beispiel

Ergeben sich »automatisch« Tierische Lebensmittel
»**Keto-Fette**« (MCT, Kokos, Palmöl)

Prio bei Insulin & Immunsystem
Olivenöl

Prio bei Neuro-Themen
Fischöl, Algenöl, Avocado, Macadamia

»Sekundär-Öl« – weniger entscheidend
Leinöl, Hanföl

Schwerpunktwahl
EPA = Fischöl | DHA = Algenöl

EPA | ALA bei Entzündungen beobachten

Prävention >7 | Therapie >9 (ARZT!)
EPA = Fischöl | DHA = Algenöl

Prävention >5 | Therapie >3 (ARZT!)
EPA = Fischöl | DHA = Algenöl

Gesättigte Fettsäuren

Test	Ergebnis	Einheit	Normbereich
Palmitinsäure	530,1	mg/l	< 1000
Stearinsäure	203,7	mg/l	< 300

Einfach ungesättigte Fettsäuren

Ölsäure	490,2	mg/l	400-800
Nervensäure	49,5	mg/l	> 50

Mehrfach ungesättigte Fettsäuren, Omega 3

Alpha-Linolensäure	2,4	mg/l	> 6
Eicosapentaensäure	16,7	mg/l	> 30
Docosahexaensäure	120,5	mg/l	> 120

Mehrfach ungesättigte Fettsäuren, Omega 6

Linolsäure	367,6	mg/l	300-600
Dihomo-gamma-Linolensäure	26,3	mg/l	25-50
Arachidonsäure	293,3	mg/l	< 400

Quotienten (Erythrozytenmembran)

Eicosanoid-Balance	5,71		> 15
Omega-3-Index	6,53		> 7
Omega-6/3-Verhältnis	4,920		< 6

Verhältnis wichtig!

Disclaimer: Alle gezeigten Blutwerte dienen ausschließlich als Beispiele zur Erläuterung von Zusammenhängen. Es erfolgt keine individuelle Therapie-, Diagnose- oder Behandlungsempfehlung.

Aminosäuren & Nukleotide. Baustoffe für deine DNA.

01

Aminosäuren

liefern die Bausteine für
Enzyme, Transportproteine &
Gewebestrukturen.

02

Nukleotide

sind Bestandteile von DNA,
RNA und ATP.

03

Mitochondrien

benötigen kontinuierlich
Bausteine für ihre Erneuerung
& Funktion (Baustoffe = gute
Arbeit leistbar).

04

Longevity Unterstützung

Baustoffe zur Verfügung
stellen, damit körperlichen
Prozesse auf Zellebene leichter
ablaufen können.

**PROTEIN- & NUKLEOTIDSTOFFWECHSEL GEHÖREN
ZU DEN GRUNDLEGENDEN PROZESSEN JEDER ZELLE
(= SINNVOLLE BASISVERSORGUNG)**

Aminosäuren & Nukleotide. Baustoffe für deine DNA.



Innovative Forschung nutzen & das neue Aminosäureprofil nutzen

Statt dem klassischen Master Amino Pattern (8 essentielle Aminos) nutzen wir die neue innovative Forschung & supplementieren nach dem Exome Amino Acid Pattern - 20 exombasierte Aminosäuren nach dem Bauplan deiner DNA.



Aminosäuren & Nukleotide gemeinsam denken

Während Aminosäuren die Grundlage für körpereigene Proteine bilden, gehören Nukleotide zu den grundlegenden Bausteinen von DNA & RNA.

Deshalb setzen wir in der Basisversorgung bewusst beide Stoffgruppen in den Fokus.

EBENE 02 · PRINZIP CAUSA LOGICA

Mikronährstoffe.

Die fundamentalen »Schmierstoffe« für deine Zellen

- Mineralstoffe & Spurenelemente
- Vitamine & Vitaminoide

Strom & Enzyme.

Mineralstoffe, Spurenelemente & Elektrolyte gehören zu den grundlegenden Funktionsnährstoffen des Körpers. Sie ermöglichen elektrische Signalübertragung, wirken als Cofaktoren zahlreicher Enzyme und sind an vielen Stoffwechselprozessen beteiligt – einschließlich solcher, die in den Mitochondrien stattfinden.



Elektrische Signale

Elektrolyte wie Natrium, Kalium & Magnesium tragen zur elektrischen Signalübertragung in Nerven, Muskeln & Zellen bei.



Schlüssel für Enzyme

Viele Enzyme benötigen Mineralstoffe oder Spurenelemente als Cofaktoren, um ihre Funktion ausüben zu können.

Beispiele zugelassener EU-Claims:

»Calcium, Magnesium, Mangan, Jod, Kupfer & Eisen tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.«

»Magnesium trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei.«

»Jod trägt zu einer normalen Funktion der Schilddrüse bei.«

»Eisen trägt zu einem normalen Sauerstofftransport im Körper bei.«

Hinweis: Die Aussagen entsprechen zugelassenen EU-Health Claims und dienen ausschließlich der Wissensvermittlung. Sie ersetzen keine individuelle medizinische Beratung, Diagnostik oder Therapie.

Der Schmierstoff des Stoffwechsels.

Vitamine & Vitaminoide sind zentrale Funktionsnährstoffe der Basisversorgung. Als Cofaktoren zahlreicher Enzyme unterstützen sie – wie ein Schmierstoff - die Vernetzung & Koordination biologischer Prozesse – von der Nährstoffverwertung bis zur Energiegewinnung in den Mitochondrien.



Vitamin D

»Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei.«



Folat

»Folat trägt zu einer normalen Zellteilung bei.«



Vitamin C

»Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.«



Vitamin B12

»Vitamin B12 trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.«

Hinweis: Die Aussagen entsprechen zugelassenen EU-Health Claims und dienen ausschließlich der Wissensvermittlung. Sie ersetzen keine individuelle medizinische Beratung, Diagnostik oder Therapie.

EBENE 03 · PRINZIP CAUSA LOGICA

Mitochondrien.

Die Kraftwerke deiner Zellen als Fundament für deine Zellenergie

Futter für deine Mitochondrien.

Mitochondrien sind wahre Multitalente & brauchen deshalb viel diverses „Futter“. Der zelluläre Energiestoffwechsel durchläuft vier Stufen – Glykolyse, oxidative Decarboxylierung, Citratzyklus & Atmungskette – und für jede davon braucht der Körper zahlreiche Nährstoffe als Co-Faktoren. Daher kann es sinnvoll sein, gut abgestimmt zu supplementieren.



Die Basis zuerst

Die vorhin genannten Stoffe aus CL01 & CL02 sind auch für die Mitochondrien eine wichtige Grundlage.



Energiestoffwechsel

„Magnesium sowie die Vitamine B2, B6 & B12 tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.“



Zellschutz

„Vitamin C, Vitamin E, Selen & Zink tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.“



Spezielle Stoffe

Coenzym Q10, Alpha-Liponsäure & OPC werden in Wissenschaft & Fachliteratur im Zusammenhang mit dem Zellstoffwechsel diskutiert.

Hinweis: Die dargestellten Funktionen von Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen basieren auf zugelassenen EU-Health Claims. Die Nennung weiterer Stoffe dient ausschließlich der informativen Einordnung und stellt keine gesundheitsbezogene Aussage dar.

Wo fange ich jetzt an?



PRODUKTVORSTELLUNG

Omega 3 Öl

Lipide & Fettsäuren sind wesentliche Bestandteile jeder Zellmembran. Sie beeinflussen die Stabilität, Flexibilität & Kommunikationsfähigkeit der Zellen & gehören zu den grundlegenden Bausteinen einer funktionellen Basisversorgung.

PRODUKTVORSTELLUNG

CL01 – Omega 3 Öl



- 1460mg EPA & 910,00mg DHA
- Zertifiziert nachhaltiger Wildfang
- Fettsäurekomplex mit 27 Fettsäuren für die Zellmembran
- Gereinigt von Schwermetallen & Co
- Totox-Wert <12
- kein Fischgeschmack

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bitte Verzehrempfehlung und Pflichtangaben beachten. Bei Erkrankungen, während Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Medikamenteneinnahme empfehlen wir eine vorherige Rücksprache mit einer medizinischen Fachperson.

PRODUKTVORSTELLUNG

Aminosäuren & Nukleotide

Aminosäuren sind die Bausteine körpereigener Proteine. Sie werden für die Bildung von Enzymen, Transportproteinen, Botenstoffen & zahlreichen Zellstrukturen benötigt & bilden die Grundlage täglicher Aufbau- & Erneuerungsprozesse.



PRODUKTVORSTELLUNG

CL01 – Aminosäuren & Nukleotide



- Neues, innovatives Aminosäureprofil nach dem genetischen Bauplan mit 20 Aminosäuren
- Ergänzt durch einen veganen Nukleotid-Komplex
- Kombipaket für die »Bausteine der Zellen«

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bitte Verzehrempfehlung und Pflichtangaben beachten. Bei Erkrankungen, während Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Medikamenteneinnahme empfehlen wir eine vorherige Rücksprache mit einer medizinischen Fachperson.

PRODUKTVORSTELLUNG

Mineralstoff-Komplex

Mineralstoffe & Spurenelemente sind lebensnotwendige Cofaktoren zahlreicher Enzyme. Sie unterstützen den Stoffwechsel, ermöglichen die elektrische Signalweiterleitung zwischen Zellen & tragen zu einer normalen Funktion von Muskeln & Nervensystem bei.



PRODUKTVORSTELLUNG

CL02 – Mineralstoff-Komplex



- 13 Mineralstoffe in bioverfügbarer Form & Premium Qualität
- Mit Magnesium aus 3 Formen
- Ergänzt mit Weizengras, Moringa & Chaga-Pilz
- Geschmacksneutrale Kapselform

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bitte Verzehrempfehlung und Pflichtangaben beachten. Bei Erkrankungen, während Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Medikamenteneinnahme empfehlen wir eine vorherige Rücksprache mit einer medizinischen Fachperson.

PRODUKTVORSTELLUNG

Mitochondrien-Komplex

Mitochondrien gelten als die »Kraftwerke« der Zellen. Hier wird ein Großteil der Energie produziert, die der Körper täglich benötigt. Eine gezielte Versorgung der Mitochondrien bildet deshalb eine wichtige Grundlage für Energie, Leistungsfähigkeit & Zellfunktion.



PRODUKTVORSTELLUNG

CL01 – Mitochondrien-Komplex



- Über 40 Inhaltsstoffe zur »Fütterung deiner Mitochondrien« in hoher Bioverfügbarkeit
- Mit u.a. Vitamin B-Komplex, Coenzym Q10, Alpha-Liponsäure, Glutathion, Resveratrol, Quercetin
- Sorgfältig aufeinander abgestimmt

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bitte Verzehrempfehlung und Pflichtangaben beachten. Bei Erkrankungen, während Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Medikamenteneinnahme empfehlen wir eine vorherige Rücksprache mit einer medizinischen Fachperson.

PRODUKTVORSTELLUNG

Das MITOcare Basisversorgung Paket.



CL01: Omega 3 Öl

- 1460mg EPA & 910,00mg DHA
- Zertifiziert nachhaltiger Wildfang
- Fettsäurekomplex mit 27 Fettsäuren für die Zellmembran
- Gereinigt von Schwermetallen & Co
- Totox-Wert <12
- Kein Fischgeschmack



CL01: Aminosäuren & Nukleotide

- Neues, innovatives Aminosäureprofil nach dem genetischen Bauplan mit 20 Aminosäuren
- Ergänzt durch einen veganen Nukleotid-Komplex
- Kombipaket für die «Bausteine der Zellen»



CL02: Mineralstoff-Komplex

- 13 Mineralstoffe in bioverfügbarer Form & Premium Qualität
- Mit Magnesium aus 3 Formen
- Ergänzt mit Weizengras, Moringa & Chaga-Pilz
- Geschmacksneutrale Kapselform



CL03: Mitochondrien-Komplex

- Über 40 Inhaltsstoffe zur "Fütterung deiner Mitochondrien" in hoher Bioverfügbarkeit
- Mit u.a. Vitamin B-Komplex, Coenzym Q10, Alpha-Liponsäure, Glutathion, Resveratrol, Quercetin
- Sorgfältig aufeinander abgestimmt

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bitte Verzehrempfehlung und Pflichtangaben beachten. Bei Erkrankungen, während Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Medikamenteneinnahme empfehlen wir eine vorherige Rücksprache mit einer medizinischen Fachperson.

Deine durchdachte Routine.

Momedica-Deal: 179,87,88€

**-10% on top
mit »Momedica10«**

Bundle Preis Regulär: 199,85€

**-11,7%
Bundle-Vorteil**



-29,7% Ersparnis bis 11.6.

Eine gute Basisversorgung muss nicht kompliziert sein. Das Konzept kombiniert die zentralen Bausteine der täglichen Nährstoffversorgung in einer klaren Routine:

Du kannst die empfohlenen Dosierungen (siehe Website) morgens & abends in deinen Alltag einbauen.

So entsteht eine aufeinander abgestimmte Versorgung **innerhalb der geltenden EFSA-Rahmenwerte** – einfach in der Anwendung & langfristig alltagstauglich.

Am 10. Juni schenken wir dir zu der regulären Ersparnis auf das Bundle **(-11,7%)** noch **-10% Rabatt on top!** Verwende den Gutscheincode **»Momedica10«**



Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bitte Verzehrempfehlung und Pflichtangaben beachten. Bei Erkrankungen, während Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Medikamenteneinnahme empfehlen wir eine vorherige Rücksprache mit einer medizinischen Fachperson.



WICHTIGER HINWEIS

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bitte Verzehrempfehlung und Pflichtangaben beachten. Bei Erkrankungen, während Schwangerschaft und Stillzeit, bei Medikamenteneinnahme oder bestehenden gesundheitlichen Beschwerden empfehlen wir eine vorherige Rücksprache mit einer qualifizierten medizinischen Fachperson.

FRAGE AN EUCH

Habt ihr noch Fragen?

Hebt einfach eure virtuelle Hand





Jeder Mensch verdient es, gesund zu sein.