

# Hiromi Shinya

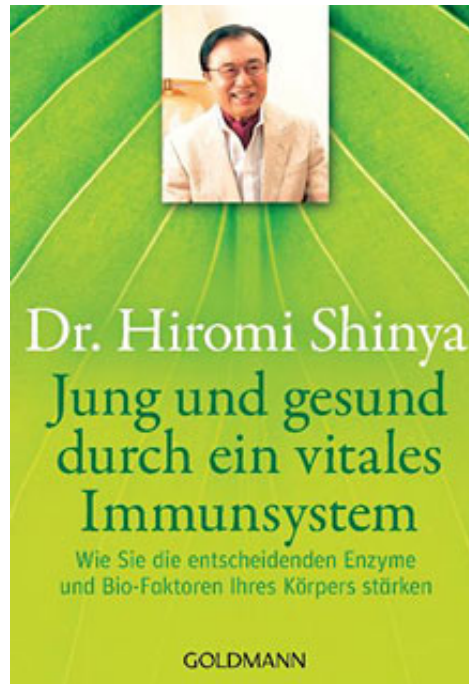
## Jung und gesund durch ein vitales Immunsystem

Leseprobe

[Jung und gesund durch ein vitales Immunsystem](#)

von [Hiromi Shinya](#)

Herausgeber: Goldmann-Randomhouse



<http://www.unimedica.de/b12681>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung](#), [vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email [info@unimedica.de](mailto:info@unimedica.de)

<http://www.unimedica.de>



# Inhalt

<b>Einführung - Die zukünftige Gesundheitsrevolution.....</b>	<b>7</b>
---	----------

## **Teil I**

### **Die Wissenschaft von der natürlichen Immunität**

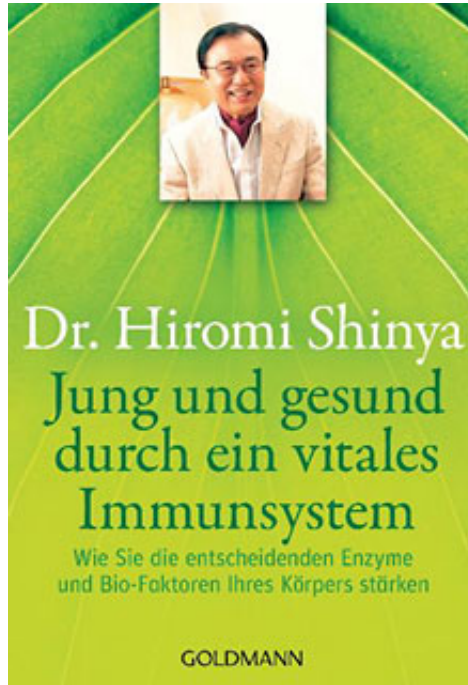
Kapitel 1 - Eine neue Sicht des menschlichen Körpers .....	13
Kapitel 2 - Der Krieg gegen die Mikroben.....	20
Kapitel 3 - Unser angeborenes Immunsystem .....	60
Kapitel 4 - Unser großes Ernährungs- und Gesundheitsexperiment.....	93

## **Teil II**

### **Die Shinya - Methode**

Kapitel 5 - Verjüngung auf zellulärer Ebene.....	111
Kapitel 6 - Das Shinya - Kurzfasten.....	117
Kapitel 7 - Die vier Nährstoffgruppen der Shinya- Methode .....	123
Kapitel 8 - Vitalität aus Pflanzenkraft .....	153

Kapitel 9 - Ein gesunder Darm sorgt für gesunde Zellen.....	169
Kapitel 10 - Praktische Anleitung zur Stärkung der angeborenen Immunkraft.....	183
Kapitel 11 - Die Shinya-Schönheitskur und Ihr natürliches Gewicht.....	186
Kapitel 12 - Auf die Stimme Ihres Körpers hören . . .	209
 <b>Anhang</b>	
Dr. Shinyas sieben goldene Schlüssel zu guter Gesundheit.....	215
Über den Autor .....	221



Hiromi Shinya

[Jung und gesund durch ein vitales Immunsystem](#)

Wie Sie die entscheidenden Enzyme und Bio-Faktoren Ihres Körpers stärken

224 Seiten, kart.  
erschienen 2012



Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung [www.unimedica.de](http://www.unimedica.de)