

# Zertifikat

**Siegfried Alz**

geboren am 10.03.1971

Teilnehmer-ID: 12644



Herr Alz hat das Web Based Training

## Ernährung nach LOGI

mit Erfolg abgeschlossen.

25.02.2021 bis 01.03.2021 (36 Zeit-Std.)

**Inhalte:** Hintergründe der LOGI Ernährung - Glykämischer Index (GI) vs. Glykämische Last (GL) - Die 4 Stufen der LOGI-Pyramide – Regeln der LOGI Methode – Beispieltagespläne - LOGI für Vegetarier und Veganer? – LOGI in der Praxis – Gesundheitsförderliche Eigenschaften - Nicht-alkoholische Fettlebererkrankung (NAFLD) - §20 und §43 SGB V

Backnang, 3. März 2021

**TOBIAS WENNINGER**  
Geschäftsführer

**SIMONE WENNINGER**  
Leitung Pädagogik

**STEFFEN LÜDCKE**  
Leitung Bildungsberatung

**OLIVER HEGEDIS**  
Leitung Teilnehmerbetreuung