

	<p>GESUND UND SCHLANK TROTZ ZEITMANGEL</p> 	 <p>www.foodsport.com</p>
---	--	---

INHALT: KURZINFORMATION *FOODSPORT®* KONZEPT





Zusammenfassung



Zielgruppe



Anspruch



Ihr Nutzen



Autor / Entstehung



Kontakt

Worum geht es bei *Foodsport*?

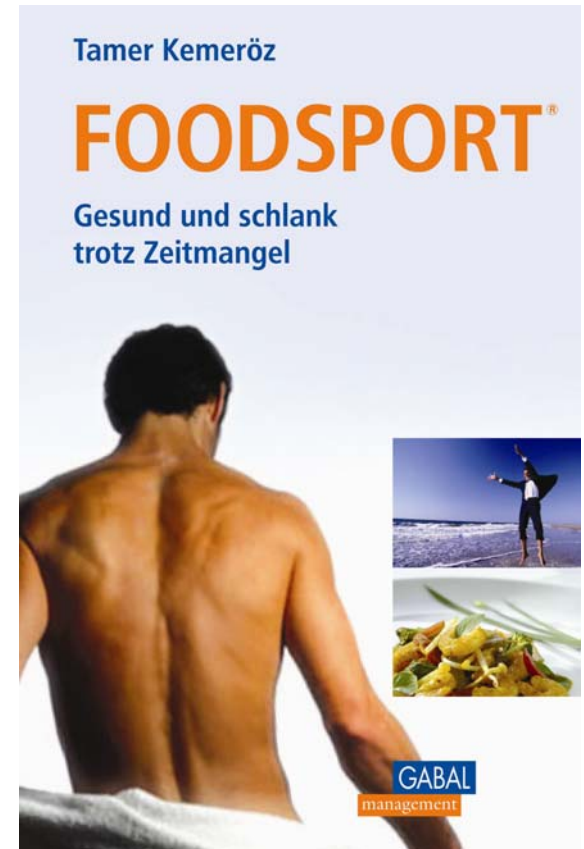
Gesundheitsratgeber und -vorschriften gibt es in Hülle und Fülle.

Trotz des prasselnden Feuerwerks an gut gemeinten Richtlinien, scheinen die Menschen immer dicker und träger zu werden.

Das *Foodsport* Konzept beschäftigt sich intensiv mit den Ursachen für diesen Widerspruch und betrachtet das ganze im Lichte eines gesellschaftlichen Phänomens, nämlich Zeitmangel.

Foodsport zeigt anhand verblüffend einfacher Methoden und Praxisbeispiele auf, wie man trotz Zeitmangel einen gesünderen und aktiveren Lebensstil führen kann: ohne Hungerkuren, Genussverzicht und schlechtem Gewissen.

Das Buch zum *Foodsport* Konzept ist neu im GABAL Verlag, Offenbach erschienen.





Zusammenfassung



Zielgruppe



Anspruch



Ihr Nutzen



Autor / Entstehung



Kontakt

Wer sollte sich angesprochen fühlen?

Das *Foodsport* Konzept ist in erster Linie auf Personen ausgerichtet, die trotz eines knappen Zeitbudgets gesünder leben und schlank bleiben wollen. Das sind insbesondere Frauen bzw. Männer,

- ... die sich aus beruflichen Gründen kaum Zeit für eine gesunde Ernährung und regelmäßigen Sport nehmen können
- ... deren Ernährung aus Zeitmangel hauptsächlich auswärts bzw. auf Geschäftsreisen stattfindet
- ... deren Ernährung aus einem hohen Anteil an Fertiggerichten oder ähnlichen Lebensmitteln besteht
- ... deren Ernährung mangels Wissen und Kochfähigkeiten entweder ungesund oder zumindest sehr zeitintensiv ist
- ... die beruflich bedingt nur am Wochenende bei ihren Familien sind und unter der Woche ein Singledasein führen und sich daher allein versorgen müssen



Welche Bedürfnisse möchte *Foodsport* ganzheitlich erfüllen?



Zusammenfassung



Zielgruppe



Anspruch



Ihr Nutzen



Autor / Entstehung



Kontakt

	Gesundheit	Genuss	Zeiteffizienz
Food	<i>„Ich möchte mehr für meine Gesundheit tun und dabei auch auf meine Linie achten, aber ohne Diät oder Hungerkuren.“</i>	<i>„Mein Essen muss gut schmecken und abwechslungsreich sein. Kulinarische Ausrutscher möchte ich ohne schlechtes Gewissen genießen.“</i>	<i>„Meine Mahlzeiten müssen schnell und einfach gehen und dabei spontan verfügbar sein. Ich möchte nicht nur zu Hause, sondern auch unterwegs schnell die „richtigen“ Essensentscheidungen treffen.“</i>
Sport	<i>„Das Training soll effektiv sein und auch Gesundheitsrisiken vorbeugen. Gesundheit geht vor Schönheit, wobei ich Wert auf ein attraktives Aussehen lege.“</i>	<i>„Mein Training muss Spaß machen und darf mich nicht überfordern. Wenn es öfter einmal ausfällt, darf ich nicht gleich das Handtuch werfen.“</i>	<i>„Meine Trainingszeiten dürfen nicht zu lange dauern, damit sie in meinen engen Terminkalender passen und ich keine Ausreden mehr habe, sie immer wieder ausfallen zu lassen.“</i>



Zusammenfassung



Zielgruppe



Anspruch



Ihr Nutzen



Autor / Entstehung



Kontakt

Was habe ich davon?

Wer *Foodsport* treibt,

... findet eine praktikable Balance zwischen beruflichen Erfolg und einem gesünderen und aktiveren Lebensstil für mehr Lebensqualität, trotz alltäglichem Zeitmangel

... erkennt und überwindet typische und allgegenwärtige Stolperfallen, die für einen ungesunden Lebensstil verantwortlich sind

... befreit sich von überflüssigen Pfunden und lernt, sein Körpergewicht zu kontrollieren, ohne zu hungern oder auf Genuss zu verzichten

... organisiert seinen Haushalt so, dass zu jeder Zeit frische Lebensmittel vorrätig sind und erfährt, wie man sie besonders schnell und genussvoll zubereiten kann

... lernt, wie man sich auch außer Hause gesünder und ausgewogener ernähren kann (z.B. Restaurant, Kantine, auf Geschäftsreisen)

... erfährt, wie man es endlich schaffen kann, regelmäßiger Sport zu treiben, ohne unzumutbaren Zeiteinsatz und ohne sich zu überfordern





Zusammenfassung



Zielgruppe



Anspruch



Ihr Nutzen



Autor / Entstehung



Kontakt

Wer steckt hinter *Foodsport*?

Dipl.-Kfm. Tamer Kemeröz war viele Jahre im Vertrieb und im internationalen strategischen Marketing für die Entwicklung und Vermarktung internationaler Markenprodukte der Konsumgüterindustrie verantwortlich. In dieser Zeit arbeitete er auch an der Entwicklung neuer Geschäftsfelder im Bereich Wellness und Gesundheit.

Mit seiner hohen Affinität zu den Themen Ernährung, Gesundheit und Sport und der Leidenschaft für das Kochen wurde er in den Stationen seiner beruflichen Karriere immer wieder herausgefordert, seinen gesunden Lebensstil, trotz eines knappen Zeitbudgets, durchzusetzen.



1999-heute

Entwicklung des Foodsport Konzeptes. Recherchen, Zielgruppenanalysen & Verfassen des *Foodsport* Buches. *Foodsport* Consulting & Coaching.

2000-2005

International Product Director. Mehrere international erfolgreiche Innovationen. Zuletzt selbstständiger Marketing-Berater für Innovationsmanagement & Vermarktungsstrategien USA.

1997-2000

Marketing & Product Management. Entwicklung neuer Geschäftsfelder im Bereich Gesundheit & Wellness.

1994-1997

Vertrieb: Bezirksleiter im Lebensmittel-einzelhandel



Zusammenfassung



Zielgruppe



Anspruch



Ihr Nutzen



**Autor /
Entstehung**



Kontakt

Wie ist *Foodsport* entstanden?

Im Jahre 1999 begann Tamer Kemeröz, seine Verhaltensweisen systematisch zu beobachten und zu dokumentieren. Er wollte verstehen, warum sein persönlicher Lebensstil trotz Zeitmangel überhaupt funktionierte. Dabei wurden seine Projektfortschritte von Experten aus den Bereichen der Ernährungswissenschaften und Sportmedizin begleitet.

Aus dieser persönlichen Betrachtungsweise heraus entwickelte sich im Laufe der Jahre das praxisbewährte Umsetzungskonzept *Foodsport*.

Es hilft Menschen mit chronischem Zeitmangel, gesund, schlank und aktiv zu bleiben und dennoch einen genussvollen Lebensstil zu führen.

Tamer Kemeröz hat sich zum Ziel gesetzt, für die *Foodsport* Zielgruppe attraktive Produkte und Dienstleistungen zu entwickeln. Hierfür bietet er seine langjährige Marketingerfahrung und sein *Foodsport* Spezialwissen innovativen Unternehmen an, die neue Ideen im Bereich Gesundheit Fitness und Wellness suchen und erfolgreich umsetzen möchten. Begleitend zu seinem *Foodsport* Buch werden zeitlich kompakte *Foodsport* Seminare und praxisorientierte Vorträge angeboten.





Zusammenfassung



Zielgruppe



Anspruch




Ihr Nutzen



Autor / Entstehung



Kontakt

 Tamer Kemeröz
Inhaber.Autor

Fon +49.6102.370951
Fax +49.6102.370952

www.foodsport.com
answers@foodsport.com