

 Naturheilkunde

ongevity: Mitochondrien, Energiehaushalt und Inflammaging Seminar zu Modul 1 – Zertifizierte/r Longevity Experte/in

Mitochondrien versorgen unsere Zellen mit Energie und spielen eine zentrale Rolle für Gesundheit, Leistungsfähigkeit und gesundes Altern. Mit zunehmendem Alter kann ihre Funktion nachlassen mit Auswirkungen auf Energielevel, Regeneration und die Entstehung chronischer Entzündungen (Inflammaging). Die moderne Longevity-Forschung betrachtet die mitochondriale Gesundheit daher als einen der wichtigsten Ansatzpunkte für ein langes und vitales Leben.

In diesem Seminar erhalten Sie fundiertes Wissen über die Funktion der Mitochondrien und deren Bedeutung für den Alterungsprozess. Sie erfahren, welche Rolle Entzündungen, Ernährung, Bewegung und Lebensstil spielen und wie sich diese Faktoren auf die zelluläre Energieproduktion auswirken. Darüber hinaus lernen Sie praxisnahe Strategien kennen, die Sie in der Beratung oder für Ihre eigene Gesundheitsvorsorge nutzen können.

Inhalt:

- Die Rolle der Mitochondrien im Alterungsprozess
- Aktuelle Erkenntnisse aus der Longevity-Forschung
- Zellenergie, Entzündungen und Longevity
- Einfluss von Ernährung und Lebensstil auf die mitochondriale Gesundheit
- Praktische Ansätze für Prävention und Beratung

Das Seminar richtet sich an Heilpraktiker/innen und -anwärter/innen, sektorale Heilpraktiker/innen, Physiotherapeuten/innen, Therapeuten/innen, Ernährungs- und Gesundheitsberater/innen, Ärztinnen/Ärzte, Personalverantwortliche, Fachkräfte im betrieblichen Gesundheitsmanagement sowie an Longevity-interessierte Personen oder Quereinsteiger/innen mit Kenntnissen im Gesundheitsbereich.

Ihr Weg zum/zur Longevity-Experten/in bei Paracelsus:

Als zentraler Baustein von Modul 1 (Grundlagen der Longevity für Therapie und Beratung) bietet Ihnen dieses Seminar die ideale Möglichkeit, Ihr Wissen im Bereich Longevity gezielt zu erweitern oder optimal in die dreiteilige, umfassende Weiterbildung zum/zur zertifizierten Longevity Experten/in einzusteigen.

Das Seminar kann einzeln gebucht werden, unabhängig vom Besuch der vollständigen Fachausbildung.

Termin

Mi, 30.09.2026
13:00–16:00 Uhr

Preis

200,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSA111120926V7

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 21.06.2026

Dozent

ozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.