

PRAXIS-LEITFADEN

Naturtreu Glanzvoll & Jungquell im 8-Wochen-Test

Erfahrungen, biologische Hintergründe & Praxistipps von
Ernährungsberaterin & Fachautorin Sabine Voshage

Vorwort: Warum diese Kombination?

In meiner täglichen Praxis als Ernährungsberaterin werde ich regelmäßig gefragt, wie man Bindegewebe, Hautfeuchtigkeit und Gelenke gezielt von innen heraus unterstützen kann.

Da Kollagen und Hyaluron im Körper Hand in Hand arbeiten, haben mein Mann Andreas (64) und ich (59) die vegane Kombination aus Naturtreu Glanzvoll (Kollagen-Bausteine) und Naturtreu Jungquell (Hyaluronsäure) über 8 Wochen konsequent im Alltag getestet.

Dieser Leitfaden fasst unsere Beobachtungen, die genaue Biochemie dahinter und unsere wichtigsten Praxistipps kompakt für dich zusammen.



1. Das Einnahme-Ritual im Alltag

Eine Nahrungsergänzung wirkt nur so gut wie ihre regelmäßige Anwendung. Auf diese Weise haben wir die Produkte in unseren Tag integriert:

- **Der richtige Zeitpunkt:**
Wir nehmen beide Präparate täglich etwa 1,5 Stunden nach unserem **basischen Frühstück** ein, wenn die erste Verdauungsphase abgeschlossen ist.
- **Glanzvoll (Pulver):**
Ein Messlöffel wird in ein Glas Wasser eingerührt. **Wichtiger Tipp:** Da sich das Pulver nicht sofort löst, erst kurz anrühren, 1-2 Minuten stehen lassen und erneut durchrühren. Es schmeckt erfrischend nach Apfel.
- **Jungquell (Kapsel):**
Eine pflanzliche Kapsel wird unkompliziert mit einem großen Glas Wasser geschluckt.
- **Die goldene Regel:**
Ausreichend trinken! Hyaluronsäure bindet Wasser im Gewebe - ohne genügende Flüssigkeitszufuhr über den Tag verteilt kann sich dieser Effekt nicht voll entfalten.



2. Unser 8-Wochen-Verlauf im Überblick

- **Woche 1-2 (Die Umstellungsphase):**
Bei mir zeigte die Waage nach einer Woche etwa 1 kg mehr an. Das ist kein Fett, sondern der gewünschte Prozess: Hyaluron bindet gezielt Feuchtigkeit im Bindegewebe.
- **Woche 3-5 (Die erste Veränderung):**
Die Haut wirkte bei uns beiden spürbar praller und fühlte sich nach dem Duschen nicht mehr so trocken an. Andreas' Kniegelenk (Arthrose 4. Grades) blieb auch bei Spaziergängen durchgehend stabil und beschwerdefrei.
- **Woche 6-8 (Das Gesamtergebnis):**
Das Gewicht hat sich wieder eingependelt, während der Feuchtigkeitseffekt im Gewebe erhalten blieb. Das Hautbild wirkt gefestigter und die Gelenke zeigen eine hervorragende Alltagsstabilität.

3. Warum die Rezepturen biologisch funktionieren

- **14 pflanzliche Aminosäuren statt tierischem Kollagen:**
Glanzvoll liefert dem Körper die exakten Bausteine (wie Glycin und Prolin), die er benötigt, um eigenes Kollagen aufzubauen - ergänzt durch natürliches Vitamin C aus Camu-Camu als Katalysator.
- **Die Darm-Haut-Achse:**
4 mikroverkapselte Bakterienstämme in Glanzvoll unterstützen das Mikrobiom, damit die Mikronährstoffe über die Darmschleimhaut optimal aufgenommen werden.

Niedermolekulares Natriumhyaluronat:

Jungquell nutzt Hyaluronsäure mit einer Molekülgröße von ca. 500-700 kDa. Diese feine Struktur sorgt dafür, dass der Wirkstoff die Darmwand leicht passiert und über die Blutbahnen in Gelenke und Hautschichten gelangt.



Glanzvoll - Kollagen



Jungquell - Hyaluronsäure

4. Fazit & Deine offiziellen Naturtreu Rabattcodes

- **Kureinnahme:**
Nach 2 bis 3 Monaten konsequenter Einnahme empfehlen wir eine Pause von etwa 4 Wochen. So wird verhindert, dass sich der Körper an die Zufuhr gewöhnt, und das Gewebe bekommt einen neuen Impuls.
- **Deine verlässlichen Rabattcodes für den Naturtreu Shop:**
Durch meine lange Zusammenarbeit mit Naturtreu und die tägliche Praxisarbeit haben sich meine Gutscheincodes als feste, verlässliche Größe etabliert. Sie sind weit verbreitet, **dauerhaft gültig**, gelten **ohne Mindestbestellwert** und lassen sich direkt auf das gesamte Sortiment im Naturtreu Online-Shop anwenden:
 - **NT15-BASISCH** - 15 % Rabatt für Neukunden auf die 1. Bestellung
 - **NT10-BASISCH** - 10 % Rabatt dauerhaft für alle Bestandskunden

Weitere Erfahrungsberichte und alle aktuellen Infos findest du jederzeit auf meiner Seite [**Naturtreu Rabattcode: Offizielle Gutscheine & eigene Erfahrungen**](#)

Herzlichst,

Sabine Voshage - Die Basenexpertin
zertifizierte Ernährungsberaterin, Buchautorin & Foodbloggerin
sabinevoshage.com