



# BIOHACKING RETREAT SYLT

21.- 22. SEPTEMBER 2024

SELBSTOPTIMIERUNG, RESILIENZ, LONGEVITY:  
ZWEI UNVERGESSLICHE TAGE MIT DEN BESTEN METHODEN FÜR MEHR ENERGIE,  
GESUNDHEIT UND FITNESS – KÖRPERLICH WIE MENTAL.

INKLUSIVE  
BIOHACKING  
GADGET  
PACK

## VORTRÄGE

- BEST OF BIOHACKING
- LONGEVITY-ERNÄHRUNG
- ANTI-AGING-MUSKELN
- WIM-HOF-METHODE
- MIKROBIOM-OPTIMIERUNG

## PRAXIS

- BREATHWORK MEDITATIONS
- EISBAD-SESSIONS
- STRAND-SAUNA
- OUTDOOR WORKOUTS
- + NÄHRSTOFF-INFUSION



### MORITZ KLATTEN

- BREATHWORK + ICE BATH INSTRUCTOR
- STRENGTH UND CONDITIONING COACH
- BOX - & ATHLETIK-TRAINER DIVERSER WELTMEISTER
- NUTRITION UND LIFESTYLE COACH
- BUCH-AUTOR „THE KLATTEN POWER BOXING SYSTEM“

### NICO AIRONE

- BIOHACKING-BERATER + SPEAKER
- FOOD UND PALEO COACH
- PERSONAL FITNESS TRAINER
- FITNESS DIRECTOR BEI MEN'S HEALTH & WOMEN'S HEALTH
- BUCH-AUTOR „BIOHACKING: 22 GENIALE WEGE“



## GUEST SPEAKER



NIELS SCHULZ-RUHTENBERG  
ERNÄHRUNGS-MEDIZINER UND  
MIKRONÄHRSTOFF-SPEZIALIST



DR. MAREN KEMPER  
PROMOVIERTE BIOCHEMIKERIN UND  
EXPERTIN FÜR DARMGESUNDHEIT



DR. DOMINIK NISCHWITZ  
SPEZIALIST FÜR BIOLOGISCHE ZAHNHEILKUNDE  
UND BUCHAUTOR „IN ALLER MUNDE“



DANIEL RUPPERT  
WIM HOF METHOD INSTRUCTOR  
UND ATEM- & KÄLTE-TRAINER



JETZT BUCHEN!



# BIOHACKING RETREAT SYLT

21.- 22. SEPTEMBER 2024

SELBSTOPTIMIERUNG, RESILIENZ, LONGEVITY:  
ZWEI UNVERGESSLICHE TAGE MIT DEN BESTEN METHODEN FÜR MEHR ENERGIE,  
GESUNDHEIT UND FITNESS – KÖRPERLICH WIE MENTAL.



JETZT BUCHEN!

## VORTRÄGE

- BEST OF BIOHACKING
- LONGEVITY-ERNÄHRUNG
- ANTI-AGING-MUSKELN
- WIM-HOF-METHODE
- MIKROBIOM-OPTIMIERUNG

## PRAXIS

- BREATHWORK MEDITATIONS
- EISBAD-SESSIONS
- STRAND-SAUNA
- OUTDOOR WORKOUTS
- + NÄHRSTOFF-INFUSION

INKLUSIVE  
BIOHACKING  
GADGET  
PACK



### MORITZ KLATTEN

- BREATHWORK + ICE BATH INSTRUCTOR
- STRENGTH UND CONDITIONING COACH
- BOX - & ATHLETIK-TRAINER DIVERSER WELTMEISTER
- NUTRITION UND LIFESTYLE COACH
- BUCH-AUTOR „THE KLATTEN POWER BOXING SYSTEM“

### NICO AIRONE

- BIOHACKING-BERATER + SPEAKER
- FOOD UND PALEO COACH
- PERSONAL FITNESS TRAINER
- FITNESS DIRECTOR BEI MEN'S HEALTH & WOMEN'S HEALTH
- BUCH-AUTOR „BIOHACKING: 22 GENIALE WEGE“



## GUEST SPEAKER



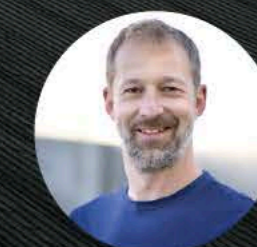
NIELS SCHULZ-RUHTENBERG  
ERNÄHRUNGS-MEDIZINER UND  
MIKRONÄHRSTOFF-SPEZIALIST



DR. MAREN KEMPER  
PROMOVIERTE BIOCHEMIKERIN UND  
EXPERTIN FÜR DARMGESUNDHEIT



DR. DOMINIK NISCHWITZ  
SPEZIALIST FÜR BIOLOGISCHE ZAHNMEDIZIN  
UND BUCHAUTOR „IN ALLER MUNDE“



DANIEL RUPPERT  
WIM HOF METHOD INSTRUCTOR  
UND ATEM- & KÄLTE-TRAINER

JETZT BUCHEN!  
[WWW.BIOHACKING-RETREAT.DE](http://WWW.BIOHACKING-RETREAT.DE)