

EpigeneticBalance (EPI-Methode) Ausbildung
Ernährung – Bewegung – Entspannung
EMR-Methode Nr. 62 – Ausbildung für die Zukunft.

Die moderne Gesundheitslandschaft steht vor grossen Herausforderungen, allen voran der rasanten Zunahme von **Insulinresistenz** und den damit verbundenen Zivilisationskrankheiten. In diesem dynamischen Umfeld suchen sowohl Klienten als auch Fachleute nach effektiven, wissenschaftlich fundierten Lösungen, die über allgemeine Ratschläge hinausgehen.

Die Ausbildung stattet Sie mit der wissenschaftlich fundierten **EPI-Methode** aus, mit der Sie Insulinresistenz – eine der grössten gesundheitlichen Herausforderungen unserer Zeit – erfolgreich behandeln können. Die Methode kombiniert **personalisierte Ernährung, Entspannung und Bewegung** und ermöglicht es Ihnen, eine gefragte und anerkannte, therapeutische Leistung in Ihrer Praxis auf- und auszubauen.

Investieren Sie in die Zukunft: Sichern Sie sich die erste offizielle Durchführung zum Kick-Off-Kurspreis!

Für zukunftsorientierte Unternehmer und Therapeuten, die eine wissenschaftlich fundierte und gefragte Dienstleistung in ihr Portfolio aufnehmen möchten, bietet sich jetzt eine attraktive Gelegenheit.

Diese Ausbildung ist mehr als eine blosser Weiterbildung; sie ist eine strategische Entscheidung für eine erfolgreiche Zukunft. Sie befähigt Sie, die Insulinresistenz – eine der grössten gesundheitlichen Herausforderungen unserer Zeit – mit einer wissenschaftlich fundierten Methode zu behandeln, die personalisierte Ernährung, Entspannung und Bewegung integriert

Ihr strategischer Nutzen als Therapeut/in und Unternehmer/in

Als Unternehmer und erfahrene Therapeuten schätzen Sie solide Investitionen. Die EpigeneticBalance-Ausbildung ist darauf ausgelegt, Ihnen einen nachhaltigen strategischen Nutzen zu bieten:

- **Krankenkassen-Rückvergütung als Wettbewerbsvorteil:** Der Akkreditierungsprozess beim ErfahrungsMedizinischen Register (EMR) ist bereits im Gange, und ist ab dem 1. Januar 2026 auf der offiziellen Methodenliste ausgewiesen. Damit gehören Sie zu den Pionieren, die ihren Klienten, Patienten diese innovative Therapie als über die Zusatzversicherung vergütete Leistung anbieten können

- **Praxisfertige Therapie-Unterlagen für einen reibungslosen Start:** Sie erhalten von der EGB EpiGeneticBalance AG direkt einsetzbare Therapiepläne für Ihre Patienten. Im Kurs lernen Sie, diesen Prozess meisterhaft zu führen und Ihre Klienten zu messbaren Erfolgen zu begleiten.
- **Geprüfte und anerkannte Qualität:** Die Ausbildung wird vom Schweizerischen Drogistenverband unterstützt und ist als Weiterbildung anrechenbar.

Warum die EpigeneticBalance-Ausbildung Ihr entscheidender Vorteil ist:

1. Nachweisbare, transformative Ergebnisse für Ihre Klienten Ihre Klienten vertrauen Ihnen, um ihre Gesundheit zu verbessern. Die EPIMethode ist nicht nur eine theoretische Weiterbildung, sondern ein praxisorientiertes System mit klinisch validierten Resultaten.

- **96%** der Klienten haben mehr Energie.
- **90%** der Klienten weisen verbesserte Blutwerte auf.
- **85%** der Klienten können ihren Typ-2-Diabetes umkehren.

Diese beeindruckenden Zahlen sind Ihr stärkstes Argument und die beste Grundlage, um Vertrauen bei Ihren Klienten aufzubauen.

Die Ausbildung im Überblick:

Dauer & Format

16 Kurstage, verteilt über 3 Monate.

Eine moderne Mischung aus digitalem Unterricht und Präsenztagen im Plenum.

Die Voraussetzungen, Inhalte und detaillierte Kursdaten finden Sie auf den Folgeseiten.

Kursort (Präsenz)

Die Präsenztage finden in Zürich-Oerlikon, Nähe Bahnhof statt

Nutzen Sie Ihren Vorteil als schneller Entscheider

Handeln Sie strategisch und sichern Sie sich Ihren Platz sowie einen finanziellen Vorteil. Eine frühzeitige Anmeldung ist ein Zeichen von Weitblick und ermöglicht Ihnen, einen der grössten Kostentreiber im Gesundheitswesen aktiv zu reduzieren. So fördern Sie entscheidend die Gesundheit und positionieren sich zukunftsgerichtet.

Melden Sie sich möglichst rasch an. Die Kursplätze sind begrenzt

Exklusiver Kick-Off Vorzugspreis:
CHF 4'900.-

(nur gültig für den 1. Kurs 2026)

Regulärer Kurspreis CHF 5'900.-

Hier geht es zu Ihrer Anmeldung:

<https://gebiz.ch/detail/ausbildung-epigeneticbalance>

Für eine persönliche Anmeldung oder bei Fragen steht Ihnen unser Sekretariat gerne zur Verfügung:
Telefon: 076 760 76 38 oder per **Online-Infogespräch: [Anmelden](#)**

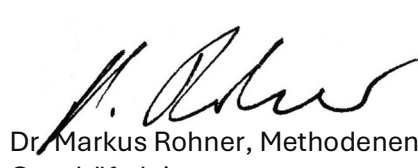
Wir freuen uns darauf, diesen neuen Weg gemeinsam mit Ihnen zu beschreiten und Sie bald persönlich im Kurs begrüßen zu dürfen.

Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie von uns alle weiteren administrativen Informationen.
Wir freuen uns sehr, Sie bald persönlich im Kurs begrüßen zu dürfen.

Freundliche Grüsse



Bruno Zach Schulleiter



Dr. Markus Rohner, Methodenentwickler,
Geschäftsleiter

**Gesundheits- und Bildungszentrum Bruno
Zach GmbH**, Im Schörli 3, CH-8060 Dübendorf
Tel: +41 44 621 39 39 www.gebiz.ch

EGB EpiGeneticBalance AG Kaiserstrasse 8,
CH-4310 Rheinfelden
Tel: +41 61 853 07 15
www.epigeneticbalance.com

Voraussetzungen, Modulbeschreibungen und Kursinhalte

Für die Methode Nr. 62, EpigeneticBalance (EPI-Methode), Zusatzqualifikation, können sich nur Personen registrieren, die eine Fachausbildung in EpigeneticBalance (EPI-Methode) von mind. 180 Lernstunden und einen der folgenden Bildungsabschlüsse nachweisen können:

- | | |
|------------------------------------|--|
| - Apothekerin/Apotheker | - Naturheilpraktikerin/Naturheilpraktiker mit eidg. |
| - Ärztin/Arzt | Diplom (inkl. Zertifikat OdA AM) |
| - Drogistin/Drogist dipl. HF | - Osteopathin/Osteopath MSc FH / Diplom GDK |
| - Drogistin/Drogist EFZ | - Personal Health Coach CAS |
| - Ergotherapie BSc | - Pflegefachfrau/Pflegefachmann dipl. HF / B.Sc. in |
| - Ernährung und Diätetik B.Sc. | Pflege |
| - Fachfrau/Fachmann Apotheke EFZ | - Physiotherapie B.Sc. |
| - Hebamme/Entbindungspfleger B.Sc. | - Sport- und Bewegungstherapeut/in SVGS |
| FH | - mit eidg. Diplom (inkl. Branchenzertifikat OdA KT) |
| - Komplementär Therapeutin/ | - Med. Masseurin/Med. Masseur EFA |
| Komplementär Therapeut | - Med. Praxisassistentin/Med. Praxisassistent EFZ |

Für die aufgeführten Berufsgruppen genügen die Kursdokumente zur direkten Registrierung beim ErfahrungsMedizinischen Register (EMR), ohne dass weitere Grundlagen nachgewiesen werden müssen.

Modul Epigenetik und Ernährung

Voraussetzungen:

- Entsprechender Bildungsabschluss

Lernzeit:

- 79 Lernstunden, davon 21 Kontaktstunden, 28 digitale Kontaktstunden und 30 Stunden angeleitetes Selbststudium

Zielsetzungen:

Sie ...

1. kennen die Behandlungsgrundsätze der EpigeneticBalance Therapiemethode und können diese gezielt nutzen
2. kennen und beachten die Indikationen und Kontraindikationen
3. können das Beschwerdebild der Insulinresistenz erfassen und die Therapiepläne aus epigenetischer Perspektive gezielt einsetzen
4. entwickeln ein Repertoire an Ernährungsempfehlungen, können die diese gezielt auswählen, anwenden und den Therapieerfolg evaluieren
5. können die personalisierte Einzelkonzepte Ernährung, Bewegung und Entspannung, sinnhaft und wirkungsvoll miteinander vernetzen
6. können den therapeutischen Prozess zielgerichtet, konsequent und zyklisch anwenden
7. können den Klienten gezielt anleiten, führen und instruieren

Inhalte:

Detaillierten Angaben sind im Blueprint EPIB Ernährung hinterlegt

- Entwickler und Geschichte
- Theorien, -modelle und -konzepte
- Indikationen, Kontraindikationen und Vorsichtsmassnahmen
- Therapeutischer Prozess
- Personalisierte Ernährungspläne
- Synthese der Module Ernährung, Bewegung und Entspannung

Modul Epigenetik und Bewegung

Voraussetzungen:

- Entsprechender Bildungsabschluss

Lernzeit:

- 47 Lernstunden, davon 10 Kontaktstunden, 17 digitale Kontaktstunden und 20 Stunden angeleitetes Selbststudium

Zielsetzungen:

Sie ...

8. können die Grundsätze des EpigeneticBalance-Bewegungskonzeptes, beachten die personalisierten Vorgaben des Dossiers und können dieses gezielt nutzen
9. kennen und beachtet die Indikationen und Kontraindikationen
10. können auf der Basis des Beschwerdebildes ein Bewegungs-/Fitnesskonzept aus epigenetischer Perspektive erstellen
11. entwickeln ein Repertoire an Bewegungs-/Fitness-Techniken, können diese gezielt auswählen, anwenden und das Outcome evaluieren
12. können die Einzelkonzepte Ernährung, Bewegung und Entspannung, personalisiert, sinnhaft und wirkungsvoll miteinander vernetzen
13. können die Prozessphasen zielgerichtet, konsequent und zyklisch anwenden
14. können den Klienten gezielt anleiten, führen und instruieren

Inhalte:

Detaillierten Angaben sind im Blueprint EpigeneticBalance Bewegung hinterlegt

- Entwickler und Geschichte
- Bewegungstheorien, -modelle und -konzepte
- Indikationen, Kontraindikationen und Vorsichtsmassnahmen
- Therapeutischer Prozess
- Personalisierte Trainingspläne; Integration von Bewegungsübungen im Behandlungsalltag
- Synthese der Module Ernährung, Bewegung und Entspannung

Modul Epigenetik und Entspannung

Voraussetzungen:

- Entsprechender Bildungsabschluss

Lernzeit:

- 46 Lernstunden, davon 8 Kontaktstunden, 18 digitale Kontaktstunden und 20 Stunden angeleitetes Selbststudium

Zielsetzungen:

Sie ...

15. kennen die Grundsätze des EpigeneticBalance-Entspannungskonzeptes und können diese gezielt nutzen
16. kennen und beachten die Indikationen und Kontraindikationen
17. können auf der Basis des Beschwerdebildes ein Entspannungskonzept aus epigenetischer Sicht erstellen
18. entwickeln ein Repertoire an Entspannungstechniken und kannst diese gezielt auswählen, anwenden und das Outcome evaluieren
19. können die Einzelkonzepte Ernährung, Bewegung und Entspannung, personalisiert, sinnhaft und wirkungsvoll miteinander vernetzen
20. können die Prozessphasen zielgerichtet, konsequent und zyklisch anwenden
21. können den Klienten gezielt anleiten, führen und instruieren

Inhalte:

Detaillierten Angaben sind im Blueprint EpigeneticBalance Entspannung hinterlegt

- Entwickler und Geschichte
- Entspannungstheorien, -modelle und -konzepte
- Indikationen, Kontraindikationen und Vorsichtsmassnahmen
- Therapeutischer Prozess
- Personalisierte Trainingspläne; Integration von Entspannungsübungen im Behandlungsalltag
- Synthese der Module Ernährung, Bewegung und Entspannung



Kursdaten und Inhalte / EpigeneticBalance (EPI-Methode) Ausbildung

Kurskennung: EPIB 2601

Basierend auf den vorliegenden Dokumenten habe ich einen detaillierten 16-Tage-Stundenplan erstellt, der die Verteilung der Themen, die Art des Unterrichts (Präsenz oder Online) sowie die zugehörigen Module und die genauen Zeitfenster abbildet.

Präsenz vor Ort: Räume der Klubschule Migros, Zürich Oerlikon, die Raumnummer ist an der Reception der Klubschule ersichtlich.

Tag	Datum	Format	Zeit von	Zeit bis	Lehrer	Lektion / Inhalt	Modul
1	FR 09.01.26	PRÄSENZ vor Ort	09:30	11:00	B. Zach, Dr. M. Rohner	Einführung: Ankommen, Kursbetrieb, Ablauf, Webinarumgebung	EPIB (Gesamt)
			11:00	12:30	B. Zach	Therapeutischer Prozess: Bedarf-Bedürfnis, 7 Stufenmodell	EPIB (Gesamt)
			13:30	17:30	B. Zach	EPI-Methode: Grundlagen / Overview (Einführung EPI-Methode)	EPIB (Gesamt)
2	FR 16.01.26	ONLINE Webinar	09:30	12:30	Dr. M. Rohner	EPI-Methode: Prinzipien SCIEPT	EPIB_ERN ¹
			13:30	17:30	Dr. M. Rohner	Nahrungsmittel: Überblick, gesunde und ungesunde Nahrungsmittel	EPIB_ERN

3	FR 23.01.26	ONLINE Webinar	09:30	12:30	Dr. M. Rohner	Ernährung: Funktion Enzyme ¹	EPIB_ERN
			13:30	14:30	Dr. M. Rohner	Funktion Stoffwechsel & Enzyme ¹	EPIB_ERN
			14:30	17:30	Dr. M. Rohner	Insulinresistenz: Definition, Symptome, Grenzen (IR, Insulinsensibilität)	EPIB_ERN
4	FR 30.01.26	ONLINE Webinar	09:30	12:30	Dr. M. Rohner	Biologie: Grundlagen Epigenetik, Systembiologie, Chronobiologie	EPIB_ERN
			13:30	17:30	Dr. M. Rohner	Vertiefung Biologie	EPIB_ERN
5	FR 06.02.26	ONLINE Webinar	09:30	12:30	Dr. M. Rohner	Grundlagen EPIMethode Vertiefung: EPI-Methode, EPI-Typ, EPI-Check, Fragebogen	EPIB_ERN
			13:30	17:00	Dr. M. Rohner	Grundlagen Therapeutische Mittel: Personalisierter Ernährungsplan, spezifischer therapeutischer Prozess	EPIB_ERN
			17:00	17:30	Dr. M. Rohner	Anleitung Selbststudium (AS-Infoblatt)	EPIB (Gesamt)
6	FR 13.02.26	ONLINE Webinar	09:30	12:30	B. Rohner, Dr. M. Rohner	Therapeutischer Prozess: Ablauf Bestellung, WEB-App, Ernährungstagebuch	EPIB_ERN

			13:30	17:30	B. Rohner, Dr. M. Rohner	Phasen der EPIMethode: Umsetzung, Patientenerfassung, Begleitung	EPIB_ERN
7	FR 20.02.26	PRÄSENZ vor Ort	09:30	12:30	B. Rohner, Dr. M. Rohner	Erstes Anwenden EPIMethode: Training WEB-App, EPI-Check, Fragebogen, Ernährungstagebuch, Bestellsystem	EPIB_ERN
			13:30	17:30	B. Rohner, Dr. M. Rohner	Training WEB-App: Vertiefung und Anwendung	EPIB_ERN
8	SA 21.02.26	PRÄSENZ vor Ort	09:30	12:30	B. Rohner, Dr. M. Rohner	Umsetzen EPIMethode: Patientenfälle, spezifische Nahrungsmittelauswahl, Vernetzung Ernährung, Bewegung, Stress (Zusammenhang Epigenetik)	EPIB (Gesamt)
			13:30	16:30	B. Rohner, Dr. M. Rohner	Patientenfälle: Vertiefung und Bearbeitung	EPIB (Gesamt)
			16:30	17:30	B. Rohner, Dr. M. Rohner	Anleitung angeleitetes Selbststudium (AS-Patientenfälle)	EPIB (Gesamt)
9	FR 27.02.26	ONLINE Webinar	09:30	11:30	J. Rohner,	Insulinresistenz, Diabetes und die Folgen aus Sicht Schulmedizin	EPIB (Gesamt)
			11:30	12:30	M. Rohner	Grundlagen: Stress, Dysstress, Epigenetik & Bewegung, Entspannung	EPIB (Gesamt)

			13:30	17:30	B. Zach	Grundlagen: Bewegungslehre, HIIT MBSR, Lebensführung TEN, Therapeutischer Prozess allgemein, SMART-Ziele	EPIB_ENT, EPIB_BEW, (Gesamt)
10	FR 06.03.26	ONLINE Webinar	09:30	12:30	B. Zach	Anwendungen ONLINE: MBSR Techniken, Rituale, Gewohnheiten, Yoga ¹	EPIB_ENT
			13:30	17:30	B. Zach	Anwendungen ONLINE: Vernetzung Bewegung - Entspannung, Auswahl von Bewegungstechniken	EPIB_BEW, EPIB_ENT
			16:30	17:30	B. Zach	Anleitung (AS-Bewegung-Entspannung)	EPIB_BEW, EPIB_ENT
11	FR 13.03.26	ONLINE Webinar	09:30	12:30	B. Zach, L. Buehrer	Vertiefung: MCII, Einführung Atmung und Yoga	EPIB_ENT
			13:30	17:30	B. Zach, L. Buehrer	Vertiefung: Entspannung, Achtsamkeit, Rituale und Gewohnheiten	EPIB_ENT
12	FR 20.03.26	PRÄSENZ vor Ort	09:30	12:30	B. Zach, L. Buehrer	Bewegung: Stress, spezifisches Bewegungstraining, Anleitung, Motivation	EPIB_BEW
			13:30	17:30	B. Zach, L. Buehrer	Anwendung: Atmen, Yoga, Atmung	EPIB_BEW
13	SA 21.03.26	PRÄSENZ vor Ort	09:30	12:30	B. Zach, L. Buehrer	Synthese: Vertiefen Bewegungsanteil und Atmungsanteil	EPIB (Gesamt)

			13:30	17:30	B. Zach, L. Buehrer	Anwendung: spezifisches Trainings- und Entspannungsprogramm erstellen	EPIB (Gesamt)
14	FR 27.03.26	ONLINE Webinar	09:30	12:30	B. Zach	Administration: Leistungen abrechnen, Therapeutischer Prozess	EPIB (Gesamt)
			13:30	17:30	B. Zach	Administration: Rechte und Pflichten des Klienten und Therapeuten	EPIB (Gesamt)
15	FR 10.04.26	ONLINE Webinar	09:30	12:30	Dr. M. Rohner, B. Zach	Anwendung, Vernetzung EPI-Methode: Präsentation, Integration, Fragestellungen: AS-Patientenfälle, AS-Bewegung-Entspannung, AS-Infoblatt	EPIB (Gesamt)
			13:30	17:30	Dr. M. Rohner, B. Zach	dito	EPIB (Gesamt)
16	FR 17.04.26	PRÄSENZ vor Ort	09:30	12:30	Dr. M. Rohner, B. Zach	Prüfung MC	EPIB (Gesamt)
			13:30	15:00	Dr. M. Rohner, B. Zach	Prüfungsbesprechung	EPIB (Gesamt)
			15:00	17:30	Dr. M. Rohner, B. Zach	Abschluss	EPIB (Gesamt)