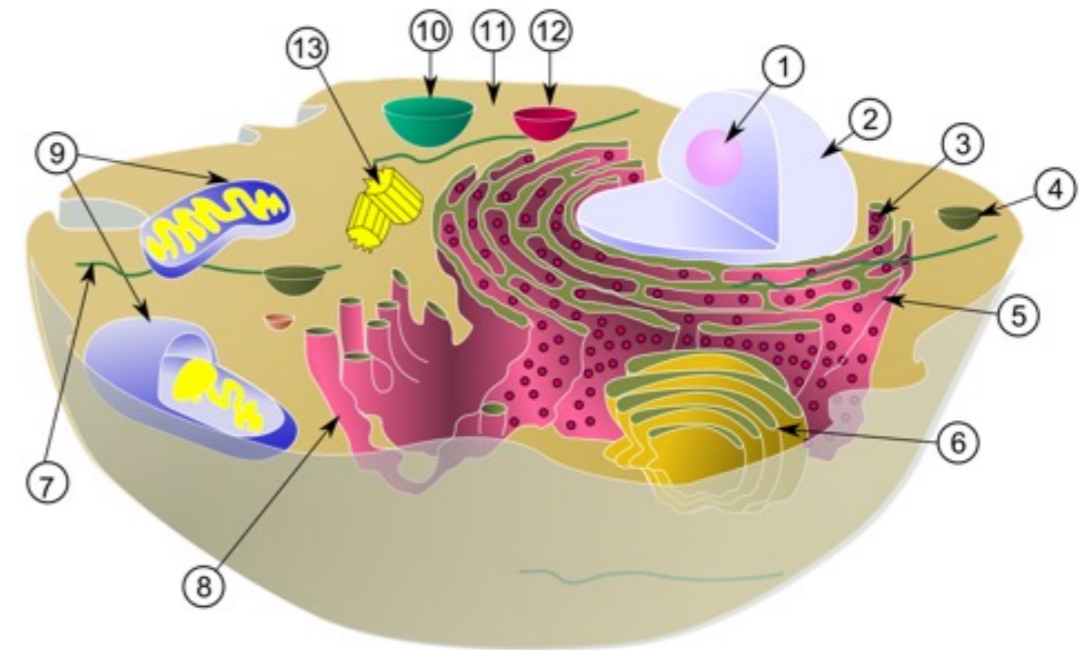


## Aufbau der Zelle

Ungefähr 30 Billionen Zellen bilden den menschlichen Organismus. Alle diese Zellen entwickeln sich aus einer befruchteten Eizelle.

Die Zelle wird definiert durch folgende Strukturen

- Zellmembran
- Zytoplasma (Zellflüssigkeit) mit eingelagerten Zellorganellen, z.B.:
  - Mitochondrien (Ort der Energiegewinnung)
  - Ribosomen (Ort der Eiweißsynthese)
- Zellkern mit Kernkörperchen (hier findet sich die Erbinformation)



## Yoga und Zelle

Yoga wirkt bis in die Zellstrukturen hinein. Yoga und seine Lebensform sind in der Lage bis in die Chromosomen hinein zu wirken, so konnte die Aktivierung der Gene (Epigenetik) im positiven beeinflusst werden. University of California Krebs-Pilotstudie: 30 Männern mit Prostata-Krebs wurde nach 3 Monaten tägl. Spaziergang, Yoga, vegetarisches Essen Gewebe entnommen und das Genaktivierungsmuster mit alten Proben verglichen. Viele der Krebsgene die vorher aktiv waren, wurden inaktiviert.

## Erläuterung zur Abbildung Zelle

1. Kernkörperchen
2. Zellkern
3. Ribosom
4. Bläschen Vesikel
5. Raues Endoplasmatisches Retikulum
6. Golgi Apparat
7. Zytoskelett
8. glattes Endoplasmatisches Retikulum
9. Mitochondrium
10. Lysosom
11. Zellflüssigkeit
12. Zentriolen
13. Zellmembran