

„Essential Balance“

- ✓ Ein Programm für Gewichtsmanagement: mit natürlichen Inhaltsstoffen
 - Gewicht reduzieren
 - Gewicht halten
 - Gewicht zunehmen
- ✓ Nahrhaft, praktisch, einfach und schnell zubereitet für den Alltag
- ✓ Individuell auf jeden abstimbar

- ✓ In 3 Schritten:
 1. Entgiften
 2. Verbrennen
 3. Energisieren

1. Entgiften mit Detox:

- ✓ Kapseln am Abend vor dem Schlafen einnehmen
- ✓ Vit B2 zur Leberentgiftung (Enzyme ↗)
- ✓ Ballaststoffe, Antioxidanzien, Pflanzenextrakte
- ✓ Detox kann auch losgelöst von anderen Produkten zur Entgiftung benutzt werden und unabhängig von Gewichtsreduktion. Bindet fettlösliche Giftstoffe und scheidet sie aus!

Inhaltsstoffe:

- » **Apfelfaser:** fördert Wachstum natürlicher Darmbakterien und lagert Giftstoffe an zur Ausscheidung
- » **Traubenschalen:** bindet freie Radikale und schützt so Zellen als Antioxidanz
- » **Flohsamenschalen** (wie Leimsamen nur kleiner): zum Quellen für Darmvolumen (da oft Verstopfungsgefahr, wenn weniger gegessen wird) und lagert Giftstoffe zur Ausscheidung an
- » **Löwenzahn:** löst Wasseransammlungen auf, welche im Gewebe nicht gebraucht werden
- » **Artischockenextrakt:** bindet im Darm Gallensäure und emulgiert/löst Fett auf (senkt so indirekt den Cholesterinspiegel, da Gallensäuren aus Cholesterin gebildet werden (Cholesterinspiegel bei übergewichtigen Menschen oft erhöht))

2. Verbrennen mit Ingnite

- ✓ Kapseln 30min vor Shake einnehmen (verbrennen die vom Shake gelösten Fette)
- ✓ Erhöht Stoffwechsel mit grünem Tee, Coffein und Aminosäure

Inhaltsstoffe:

- » **L-Thyrosin** (natürliche AS): Vorstufe von Schilddrüsenhormon (welches schneller hergestellt werden kann für Stoffwechsel, wenn gebraucht) und vorteilhaft für Adrenalinbildung (höheres Sättigungsgefühl)
- » **L-Arginin** (natürliche AS): stellt Gefäße weiter = Vorteilhaft weil diese oft schon verengt sind und ebenso vorteilhafte Wirkung auf Blutdruck, Stoffwechsel funktioniert besser

- » **L-Carnitin** (natürliche AS = Heizer): wird oft von Leistungssportlern eingenommen, verbrennt Fette!! verbrennt vor allem sehr effektiv in Verbindung mit Bewegung
 - » **Leucin**: verbrennt Fett, erhält Körpermagermasse (Muskel) und fördert Muskelaufbau
 - » **Coffein**: Inhalt von ca. 1 Tasse Kaffee, fördert Fettabbau und erhöht leicht die Körpertemperatur, Stoffwechsel, Konzentration und der Fettabbau ↗
 - » **Grüner Tee**: Antioxidanz!, Körpertemperatur und Stoffwechsel ↗
 - » **Zitrusaurantikus**: Fettverbrennung ↗, Stoffwechsel ↗, durch leichter Körpertemperatur ↗
- ➔ D.h. die Kapsel kann auch losgelöst von den anderen Produkten zur Stoffwechselerhöhung vor Sport genommen werden ➔ Baut Fett ab und Muskel auf
- ➔ Die natürlichen Aminosäure (AS) haben große Wirkung, aber keine Nebenwirkung!!!

3. Energisieren mit Booster

- ✓ Bei Leistungsknick 1x täglich 1 Beutel in Wasser auflösen
 - ✓ Extra Energie-Kick
 - ✓ Besteht ebenfalls aus natürlichen Stoffen
 - ✓ Zitrusgeschmack
 - ✓ Erhöht Konzentration, gibt Energie für 4-6 Stunden (angenehmen Energie!)
- » Grüner Tee und isoliertes Coffein: keine Begleitwirkungen durch Röststoffe und Nebenprodukte

Mahlzeitenerstanz 1-2 mal am Tag durch Shakes

- ✓ Geschmacksrichtungen: Vanille und Erdbeere
- ✓ 210 kcal. pro Shake, welche satt machen
- ✓ Shake wird in 250ml fettarmer Milch, Sojamilch oder Wasser aufgelöst und ist auch einzeln ohne die anderen Produkte zu benutzen und ist immer eine nahrhafte Mahlzeit

Inhaltstoffe:

- » **23 Vitaminen** und **Mineralien**, **Ballaststoffen** und **Verdauungsenzymen**, und **Prolibra** (von Nikken geschützt und deshalb in keinem anderen Shake in Europa enthalten) und **Proteine** (gleichen BZ-Spiegel aus)
- » Prolibra hat die Eigenschaft Fett abzubauen, welches von Ignite schneller verbrannt wird (Kapsel, die 30min vor dem Shake genommen wird)
- » Prolibra baut keine Muskelmasse ab, sondern erhält und erhöht sie
- » Prolibra ist ein Peptid (für hohes Sättigungsgefühl gut)
- » **Leucin**: erhält Muskel und fördert dessen Aufbau, fördert den Fettabbau

Allgemeine Informationen

- ✓ Dieses Programm zur Gewichtsreduktion/-management ist ausgerichtet auf
 - Fettabbau
 - Kein Wasserentzug (wie oft bei Diäten)
 - Muskelerhalt bzw. Aufbau
 - Stoffwechseleerhöhung
 - Leber- und Darmentgiftung → sehr wichtig, da ein verschlackter Darm keine bzw. schlechte Nährstoffresorption und schlechten Stoffwechsel bietet (Fett wird gespeichert)

- ✓ Und hat durch die natürliche Zusammensetzung keine Nebenwirkung, aber große Wirkung. Jedes einzelne Element ist ohne das andere einsetzbar, aber ergibt zusammen ein effektives Programm für Gewichtsmanagement.
- ✓ Viele Diäten haben den Effekt, dass der Körper Wasser und Muskelmasse verliert. Das ist schlecht!
- ✓ Bitte die Mahlzeiten die nicht durch Shake ersetzt werden vollwertig und eventuell Trennkost (Eiweiß nicht zusammen mit KH) einnehmen. Als Zwischenmahlzeit eignet sich Obst.
- ✓ 3-4 Liter Wasser pro Tag (ohne Kohlensäure) um Giftstoffe und Fette ausschwämmen zu können, zudem wird damit der Stoffwechsel unterstützt (20ml werden für 30gr Fett verbrennen und ausscheiden benötigt)
- ✓ Dazu tägliche Bewegung bzw. Sport nicht vergessen
- ✓ Stress speichert Fett → Gewicht ↗
- ✓ Wenig Schlaf / schlechter Schlaf → Körper speichert Fett → Gewicht ↗
(erhöht sich das Hormon im Blut, welches Hunger signalisiert)