

**ЛЕТО на пороге .
ПОРА СТРОЙНЕТЬ!**



Испытание

Программы Коррекции Веса

- **Цель:** протестировать эффективность плана питания жизненно важных продуктов/Essential Foods в группе из 43 человек:
 - Россия (15 чел.)
 - Украина (20 чел.)
 - Беларусь (8 чел.)
- **Метод:** 90-дневная программа, регулярный контроль веса и объема талии

Летом 2013 года мы пригласили на нашу программу 45 добровольцев, с которыми мы работали в Москве, Киеве и Минске.

В течении 3-х месяцев мы контролировали результаты наших участников, отслеживая изменения таких показателей, как вес, индекс массы тела (величина, позволяющая оценить степень соответствия массы человека и его роста и, тем самым, косвенно оценить, является ли масса недостаточной, нормальной или избыточной) и объем талии. Мы получили результаты, о которых с радостью хотим рассказать Вам:

22 участника потеряли от 6 кг до 18,8 кг веса (что составило от 6 до 17% от начальной массы тела);

Средние показатели по уменьшению объема талии составили от 8 до 15 см;

Даже после завершения испытательного периода наши добровольцы продолжили плавно снижать свой вес.

Залогом их прогресса стали новые привычки правильного питания, которые они благополучно приобрели на

Маркелова Марина, Россия.

Вес в начале программы: 83,8 кг

Вес в конце программы: 71,5 кг



Смирнова Людмила, Россия.

Вес в начале программы: 97 кг

Вес в конце программы: 84,5 кг



Симашко Людмила, Украина.

Вес в начале программы: 98,4 кг

Вес в конце программы: 83,5 кг кг



Постернак Сергей, Украина.

Вес в начале программы: 111,8 кг

Вес в конце программы: 93 кг



Варицкая Наталья, Беларусь.

Вес в начале программы: 127 кг

Вес в конце программы: 112,1 кг



Отзывы участников

- Я чувствую себя полной энергии, мне легче двигаться, и у меня отличное настроение!
- Теперь я питаюсь правильно – больше жизненно важных продуктов и меньше бесполезных.
- Я смог уменьшить размер своих порций.
- Я не испытывала чувства голода.
- Я получила отличный результат, и мой супруг решил также пройти программу.
- Программу очень легко соблюдать, легко контролировать результаты, составлять план питания на день и не надо считать калории.
- За три месяца у меня изменились привычки в питании, теперь я питаюсь правильно и веду здоровый образ жизни.
- Продукты НСП – отличные, очень помогли. СмартМил – очень вкусный и питательный коктейль.

Классификация участников по весу в начале тестирования (кол-во человек)

	Нормальный вес	Избыточная масса тела	Ожирение 1 степени	Ожирение 2 степени	Ожирение 3 степени
Россия	1	6	5	2	1
Украина	0	4	5	7	4
Беларусь	0	1	6	0	1

Результаты: объем талии (на примере женщин)

- Объем талии – маркер увеличенного риска сердечнососудистых заболеваний и диабета 2го типа
- В начале тестирования только 5 из 43 участников имели нормальный объем талии (менее 88 см у женщин)

Женщины с низким фактором риска	Начало тестирования (чел.)	1й месяц (чел.)	2й месяц (чел.)	3й месяц (чел.)
RU	2	3	7	8
UA	2	3	4	7
BY	1	1	2	2

Результаты: вес

	1й месяц	2й месяц	3й месяц*
Средняя потеря веса (%)	RU 2% UA 3% BY 4%	4% 6% 6%	6% 8% 7%
Снижение веса (кг)	Потеря 3+ кг RU 5/15 UA 10/20 BY 4/6	Потеря 5+ кг 4/15 12/20 5/8	Потеря 6+ кг 5/15 13/20 4/8

*эквивалентна снижению веса на 2-3 пункта Индекса Массы Тела

Употребление жизненно важных продуктов питания

- Не происходит интенсивного поступления глюкозы в кровь;
- Не происходит резкого выброса инсулина;
- Достаточное количество протеинов для поддержания мышечной массы и работы мозга;
- Более выраженное чувство сытости (клетчатка, продукты с низким ГИ);
- Чувство голода отсутствует в течение 4х часов!



**Давайте посмотрим ,
что входит в
программу , которая
дает такие
потрясающие
результаты...**

Всесторонний подход



Кровь

Нейче Лакс: очистка

Метаболизм

Комплекс с Гарцинией

Кишечник/Печень

Карбо Грэбберс
Фэт Грабберс

Питание

Коктейль СмартМил

СмартМил (SmartMeal) УМНАЯ ЕДА.

Начните свой день со здорового завтрака с белково-витаминным коктейлем СмартМил. Этот уникальный продукт содержит набор из 24 жизненно важных витаминов, минералов, и органических кислот и является сбалансированным источником белков, жиров и углеводов. Специально разработанный для питания с меньшим, чем в обычной еде количеством калорий, СмартМил поможет поддержать мышечную массу, став великолепным дополнением в Вашей программе Коррекции Веса.

ПРЕИМУЩЕСТВА:

Уникальный источник 24 жизненно важных витаминов, минералов и органической кислот;

Повышает работоспособность организма, способствует выработке энергии;

Усиливает сопротивляемость организма и укрепляет иммунитет;

Способствует коррекции веса и укрепляет мышцы



NATURE'S SUNSHINE

Since 1972



СмартМил
SmartMeal

Ванильный
коктейль

Вес нетто 400 г (15 порций)

для замены приема пищи

- СмартМил заменяет один прием пищи в день;
- Коктейль был разработан на основе результатов клинических испытаний;
- Рекомендуется разводить в молоке;
- 1 порция коктейля СмартМил с молоком содержит адекватное количество калорий (250) и протеинов (23 г) для поддержания Ваших сил до следующего приема пищи.

Калорийность жизненно важных продуктов питания

Пример меню 1

- Завтрак: СмартМил с молоком и фрукт 357
- Перекус* 50
- Обед: курица, овощи 242
- Перекус* 24
- Ужин: говядина, рис, овощи, молоко 705

Итого: 1 378

Пример меню 2

- Завтрак: СмартМил с молоком и фрукт 320
- Перекус* 14
- Обед: лосось, овощи 231
- Перекус* 16
- Ужин: свинина, кускус, овощи) 667

Итого: 1 248

*Все перекусы – это овощи

Зачем нужна очистка?

- **Нейче Лакс**
 - Применять в течение первой недели каждого месяца
 - Принимать от 1 до 3х капсул в день во время еды
- Обеспечивает периодическую потребность организма в очистке крови и органов
- Выводит токсины, образующиеся в процессе потери жировой массы тела
- Содержит 5 из 7 трав, одобренных Немецкой Комиссией E * для здоровья желудочно-кишечного тракта

* научный совет, имеющий полномочия утверждать к использованию различные травы в фитомедицине



Нейче Лакс (NatureLax)

Очищайте организм от накопленных токсинов с Нейче Лакс. Этот уникальный комплекс успешно и мягко справится с этой задачей благодаря специально подобранному набору трав, входящих в его состав. Нейче Лакс - эффективный и безопасный препарат, который усилит результат Вашей работы в процессе снижения веса.

ПРЕИМУЩЕСТВА:

Активизирует моторику кишечника, обеспечивает регулярность стула;

Способствует нормализации кишечной микрофлоры;

Выводит из организма токсины, накопившиеся в результате нарушения жирового обмена.

Принимайте по 1-3 капсулы в день с приемом пищи в течение первой недели каждого месяца. Подберите комфортную и эффективную лично для Вас дозировку.

Комплекс с Гарцинией

Способствует снижению веса:

- создает чувство сытости
- способствует потере жировой массы тела, не затрагивая мышечную
- помогает снижать количество потребляемых калорий
- снижает уровень сахара в крови



Комплекс с Гарцинией (Garcinia Combination)

Отдохните от чувства голода с эффективной формулой Комплекса с Гарцинией. Она притупляет чувство голода между приемами пищи, помогая Вам избегать ненужных перекусов и сокращать количество калорий в течение дня. Этот комплекс содержит гарцинию камбоджийскую и хром, которые эффективно нормализуют метаболизм глюкозы.

ПРЕИМУЩЕСТВА:

Подавляет чувство голода;

Способствует сокращению дневного калоража;

Стабилизирует уровень сахара и холестерина в

Карбо Грэбберс

- Содержит экстракт фасоли обыкновенной *Phaseolus vulgaris*, ингибитор альфа-амилазы, получаемый из бобов фасоли (блокирует амилазу).
- Участвует в усвоении белого крахмала (напр. хлеб, картофель), замедляя его расщепление и снижает абсорбцию углеводов.
- Исследования показали, что экстракт фасоли в Карбо Грэбберс в 3 раза эффективнее снижает вес, чем плацебо, и 85% веса теряется за счет жира.
- Безопасен. Не содержит сольвентов, пестицидов и тяжелых металлов.
- **Результат:** Калории, поступающие с углеводами, блокируются, и происходит снижение веса.

Карбо Грабберс (Carbo Grabbers)

Поглотитель углеводов

Этот продукт поможет Вам сократить количество калорий, потребляемых с пищей, богатой углеводами. Карбо Грэбберс содержит экстракт фасоли обыкновенной, который способствует замедлению поглощения диетических углеводов и снижению накопления жира в жировых клетках. Принимая этот препарат перед самыми обильными приемами пищи в течение дня Вы сможете лучше контролировать свой вес.

ПРЕИМУЩЕСТВА:

- Блокирует усвоение углеводов;
- Тормозит процесс накопления жира и способствует снижению веса;
- Уменьшает чувство голода.

Фэт Грабберс

- Каждая капсула содержит 203 мг гуаровой камеди и 203 мг оболочек семян подорожника;
- Частично блокирует усвоение жиров;
- Способствует снижению аппетита;
- Имеет мягкий слабительный эффект;
- Небольшое количество клетчатки (4 капсулы Фэт Грабберс - дневная дозировка - содержат 1,6 г) снижает уровень общего холестерина и холестерина низкой плотности;

Фэт Грабберс (Fat Grabbers) БЛОКАТОР ЖИРОВ

Способствует уменьшению усвоения жиров, благодаря связыванию их и выведению из кишечника до того, как они успеют усвоиться организмом. В состав Фэт Грабберс входят шелуха семян подорожника, гуаровая камедь, лецитин и звездчатка, которые эффективно помогают блокировать насыщенные жирные кислоты включая холестерол. С Фэт Грабберс Вы не только облегчите для себя процесс снижения веса, но и улучшите Ваше самочувствие.

ПРЕИМУЩЕСТВА:

Адсорбирует и выводит из организма холестерин и насыщенные жиры;

Регулирует обмен веществ в организме и нормализует вес;

Снижает аппетит.

Резюме

- Компания Nature's Sunshine разработала новую программу, которая поможет Вам комфортно и эффективно избавиться от лишнего веса, уменьшить жировую массу тела и укрепить мышцы.
- Применяйте план питания **Essential Foods**, который :
 - включает в себя овощи и фрукты
 - рекомендует большое количество протеинов, особенно рыбу и протеины растительного происхождения
 - ограничивает потребление не жизненно важных продуктов
- Используйте продукты **NSP**
- Получайте удовольствие от движения



Питайтесь с удовольствием, будьте здоровы и радуйтесь своим изменениям!

**По всем интересующим ВАС
вопросам обращайтесь по
тел. **+38 050 968 7892** Олег**

или

По скайпу **oleg.sevastopol8888**

БУДЬТЕ ВСЕГДА

СТРОЙНЫМИ,

КРАСИВЫМИ и

МОЛОДЫМИ!!!