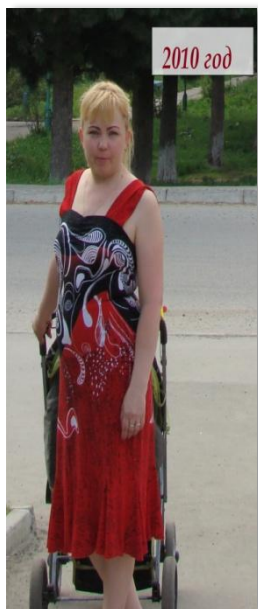




***Нетреба
Анна
Николаевна***

***Лучшие результаты
школы правильного
питания***

История моего успеха



Мой результат



Вес был 65 кг,

стал 54 кг,

жир минус 8%, метаболический возраст 26 лет

Мои 7 шагов

1 шаг: Намерение

2 шаг: Система правильного сбалансированного питания

3 шаг: Личный тренер по питанию

4 шаг: Режим и рацион

5 шаг: Калорийность

6 шаг: Питательная ценность

7 шаг: Физические нагрузки



Это важно для Вас потому, что

***Цель нашего курса –
помочь Вам разобраться
во всех аспектах
питания и добиться
поставленных целей***

Наши лучшие результаты:



Колоколова Валентина

Вес - 8,6 кг, возраст -9 лет, талия –
12см

Наши лучшие результаты:



Горбатова Александра

Наши лучшие результаты:



Борачук Наталья, 61 год,
минус 6 кг, объемы минус 8
см

Наши лучшие результаты:



Антонова Екатерина
минус 9 кг за 5 месяцев ,снизился
холестерин

Наши лучшие результаты:



Кобрань Наталья,
минус 12 кг за 3
месяца

Наши лучшие результаты:



Максимова Светлана

Понизился холестерин с 7.6 до 4.0, сахар в крови с 6.1 до 4.7, вес -7 кг, -10см в бедрах

Наши лучшие результаты:



Мелентьева Надежда Леонидовна, 59 лет
Вес -7кг, жир -5,1%, вода +3,4%, **возраст -9 лет**,
внутренний жир -2, грудь -7см, талия -8см, бедра -6см

Наши лучшие результаты:



Степанова Лариса, 43 года
-9кг, за 3 месяца -10см в талии и
бедрах

Наши лучшие результаты:



Стражкова Ирина

Вес -12 кг, жир -7,4%, возраст -19лет,
объем груди -9см, талия -9см, бедра -9см

Наши лучшие результаты:



Стрелкова Александра Михайловна, 55 лет
Вес -10 кг за 5 мес, возраст -9 лет, талия на 8см, бедра на 8см,
Снизилa дозу препаратов от гипертонии (гипертония 30 лет)

Наши лучшие результаты:



Желтышева Надежда Алексеевна, 60 лет

Вес -3.1кг, жир -4.3%, возраст -9лет, внутренний жир -1%, грудь -5см, талия -6см, бедра -7см.
Уменьшилась боль в глазах. Боль в правом боку исчезла. Появилась энергичность, бодрость.

«Супер! Хорошо для ленивых. Не надо много времени проводить у плиты. Ешь себе полезную, да еще вкусную еду. Родником Здоровья очень довольна. Спасибо»

Наши лучшие результаты:



Новожилова Татьяна
Николаевна, 56 лет

Вес -3.9кг, -6 лет возраст,
внутренний жир 1%, 5.5б
грудь, талия -4см, бедра
-13см.

*«Появилась легкость,
прекратились головные
боли, уменьшились боли в
сердце»*

Наши лучшие результаты:



Правдина Лидия
Викторовна, 62 года

Вес -3.7кг, жир -1.9%,
возраст -6 лет,
внутренний жир -1%,
грудь -8см, талия -7
см, бедра -7см.

Нормализовался
стул, повысилась
энергия.

Наши лучшие результаты:



Петрикова Варвара
Антоновна, 73 года

Вес -3.6кг, жир -4.6%, возраст
-5лет, талия -14, грудь -10,
бедрa -8см.

*«Прибавилась энергия,
летаю, не чувствую свои
годы, нормализовалось
артериальное давление»*

Наши лучшие результаты:



Шаинидзе Людмила Васильевна
Вес -10 кг, за 4 месяца: % жира -4, внутренний жир -2%,
грудь -8см, талия -13см, бедра -12см.

Наши лучшие результаты:



Юлина Оксана,
28 лет

«Моим тренером стала Страшкова Ирина Викторовна (на тот момент она уже активно вела клубную деятельность). Благодаря ее знаниям, опыту (подобные курсы ею были успешно завершены!) и вниманию

***за 6 месяцев мне удалось похудеть на 22,5кг.** Мой вес на сегодняшний день составляет 65кг. Нет предела совершенству! Для меня это не конечная остановка, а дорога вперед! А компания «Родник здоровья» помогла найти продукцию, которая «умеет»*

Наши лучшие результаты:



*Спиряева
Римма*

*Минус 17 кг за 3
месяца – и этим
все сказано!!!*

Преимущества Школы Правильного питания

1. Система знаний.
2. Пошаговые изменения привычек в питании.
3. Исцеление от углеводной зависимости.
4. Контроль приборов.
5. Личное общение со специалистами.
6. Психологическое сопровождение.
7. Моделирование фигуры снаружи.
8. Как сохранить полученный результат .

Домашнее задание

- 1. - сделать фото в двух проекциях*
- 2. - пройти тестирование на весах-анализаторе Танита*
- 3. - заполнить анкету*
- 4. - сформулировать свои цели по состоянию здоровья и по коррекции веса.*
- 5. - написать в свободной форме
" Что изменится в моей жизни,
если я похудею на
кг»*