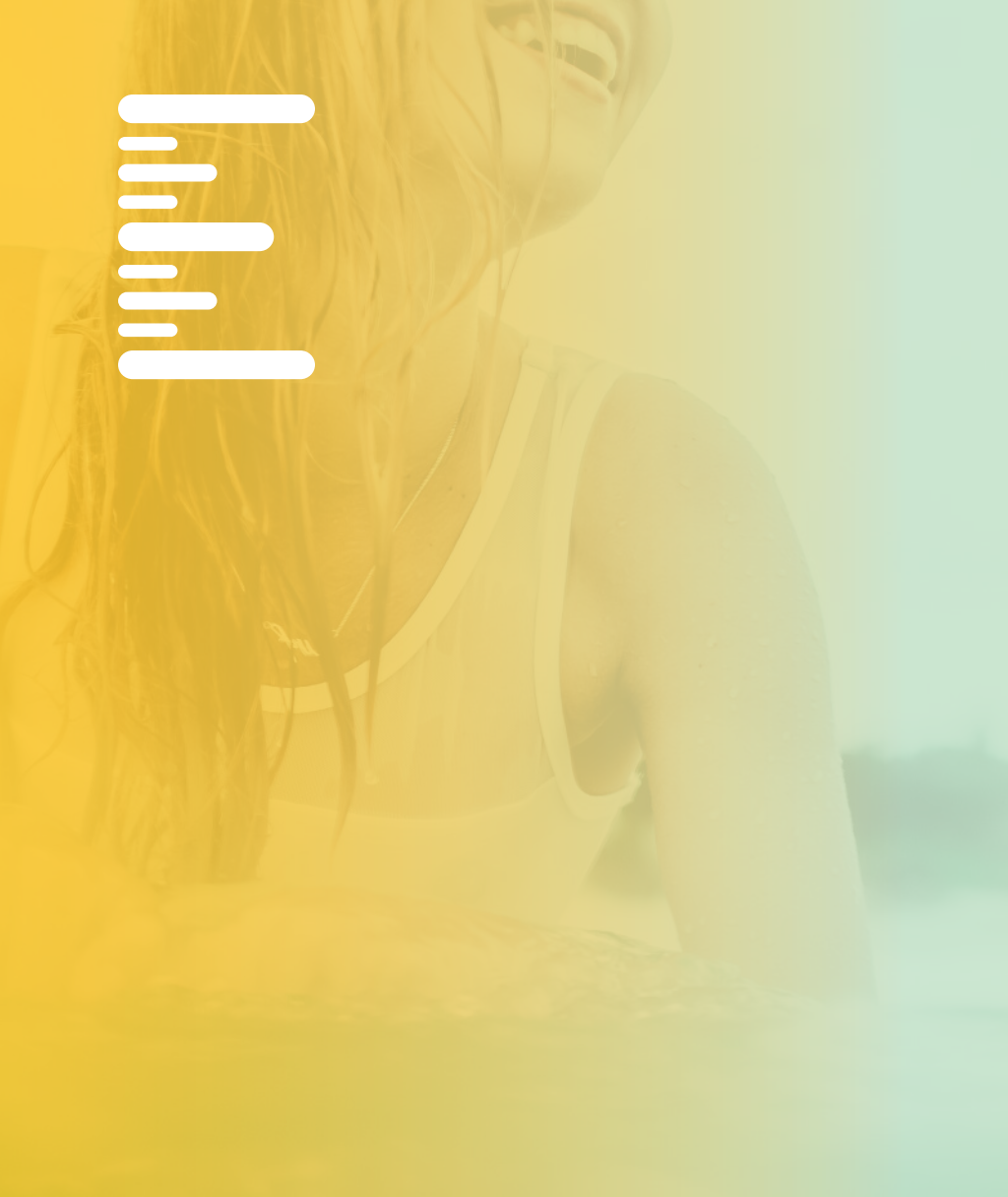




VOORBEREIDING

VERMIJD FASTFOOD

Begin jouw Slenderiiz-programma door nee te zeggen tegen fastfood! Het heet niet voor niets “junkfood”. Junkfood is fabrieksmatig verwerkt en verhindert vetverlies door de bloedsuiker te verhogen en jouw stofwisseling te vertragen.

OPTIMAAL RESULTAAT

JOUW LICHAAM VOORBEREIDEN

Bereid jouw lichaam voor door twee dagen voor de vetverbrandingsfase normaal te eten, maar zonder fastfood. Voor een optimaal resultaat begin je met het eten van gezonde vetten zoals avocado, rauwe OPMERKINGn en zaden, en begin je met het innemen van de Day and Night-druppels zoals voorgeschreven.

HANDIGE TIP: Het toevoegen van Nutrifii-supplementen aan jouw dagelijkse gezondheidsregime terwijl je deelneemt aan het Slenderiiz-programma kan bijdragen aan jouw dagelijkse inname van mineralen tijdens je gewichtsverliestraject.



FASE ÉÉN

VET VERBRANDEN

Loop bij het begin van de vetverbrandingsfase jouw kasten na en gooi alle koekjes, gebak, snoep, vleeswaren, chips, frisdrank, zoute diepvriesproducten, kant-en-klare maaltijden en ingeblikte soepen weg.

HANDIGE TIP: Een dosis Rejuveniix is een krachtig supplement dat jouw lichaam een boost geeft met extra ondersteuning en energie die nodig is bij het afvallen. Overweeg een portie Rejuveniix toe te voegen aan jouw dagelijkse routine.

JOUW INNAME BIJHOUDEN

Het is belangrijk om de meest gezonde en voedzame voeding te eten bij het Slenderiiz programma. Om je te helpen op het goede spoor te blijven, moet je jouw inname van voeding dagelijks bijhouden.

Door jouw voeding bij te houden, leer je het verschil tussen gezonde, voedzame voeding en verwerkt voedsel met veel calorieën maar weinig voedingsstoffen. Je zult snel ontdekken welke voeding je het langst van energie voorziet door het voedingswaardegehalte. Kies de voeding die optimaal is voor jouw plan om af te vallen en toch energiek te blijven.

GA GEWOON ALS VOLGT TE WERK OM JOUW MAALTIJDEN BIJ TE HOUDEN:

- + Eet dagelijks drie normale, gezonde maaltijden uit de lijst met Goedgekeurde voeding.
- + Je kunt jouw maaltijden desgewenst ook over de dag verdelen in kleinere porties.
- + Houd jouw eetpatronen bij met een mobiele app zoals CalorieCounter, MyFitnessPal, of Lose It!
- + Eet als ontbijt de maaltijd met de hoogste calorieën en eindig jouw dag met een maaltijd met de minste calorieën. Dit geeft jouw lichaam de tijd om calorieën te verbranden voordat je naar bed gaat.

Het tellen van calorieën kan moeilijk zijn, maar is essentieel voor optimaal gewichtsverlies en gewichtsbeheersing. Om optimaal van het Slenderiiz-programma te profiteren is het belangrijk om jouw dagelijkse inname onder 1.250 calorieën te houden. Door de juiste voeding te eten wordt het gemakkelijk en natuurlijk om calorieën te beperken tot 1.250 per dag.

Het Slenderiiz-programma is niet bedoeld om honger te hebben. Het is bedoeld om duidelijk te maken dat voedzame, gezonde voeding je meer energie geeft, je helpt om je beter voelen, je langer een voldaan gevoel geeft, je helpt om jouw bloedsuikerspiegel onder controle te houden, en daarmee je helpt af te vallen.

HANDIGE TIP: Gebruik een portie PureNourish gemengd met water of ongezoete amandel - of kokosmelk en een kopje bessen (240 ml) of een 1/4 kopje (60 ml) OPMERKINGn voor een perfect begin van de dag.

DRINK GEZUIVERD WATER

Voor een optimaal resultaat moet je minstens acht tot tien 250 ml glazen gezuiverd water per dag drinken. Hierdoor kan jouw lichaam gifstoffen verwijderen en wegspoelen terwijl je vet verbrandt.

HANDIGE TIP: Het Puritii Water-systeem is een goede keuze om altijd gezuiverd water bij de hand te hebben.

MEEER ENERGIE

LICHAAMSBEWEGING

Lichte aërobe oefeningen zijn goed voor jouw gezondheid. Ga vijf keer per week 20 tot 30 minuten wandelen, hiken, zwemmen, joggen, fietsen, enz.

Als je voorafgaand aan dit programma niet veel aan lichamelijke beweging hebt gedaan, is het belangrijk om langzaam te beginnen en het de komende weken geleidelijk op te bouwen tot ons aanbevolen niveau. Maak geen haast om dit doel te bereiken, maar verhoog jouw lichaamsactiviteit gestaag en veilig.

OPMERKING: Bij lichaamsbeweging ontwikkelt het lichaam spiermassa. Op de weegschaal kan dit ontmoedigend zijn omdat spieren meer wegen dan vet. Dit kan je het gevoel geven dat je geen vooruitgang maakt. Maar spieren nemen fysiek minder ruimte in beslag dan vet, dus zorg ervoor dat je jezelf regelmatig meet zodat je de resultaten ziet, zelfs wanneer de weegschaal dat niet aangeeft.

HANDIGE TIP: Gebruik een stappenteller en probeer per dag 10.000 stappen of meer te zetten.

HANDY TIP: Je hoeft niet bang te zijn voor vet! Gezonde vetten zijn goed voor jou!

EEN DAGELIJKSE ROUTINE IS RAADZAAM

Eet de meeste calorieën in de ochtend en de minste 's avond om jouw lichaam de hele dag de tijd te geven de voeding te verbranden.

Eet niet na 7 uur 's avonds om jouw lichaam de tijd te geven de calorieën van de dag te verbranden terwijl je nog in beweging bent. Voor een optimaal resultaat mag je niet eten na het innemen van Night drops.

PLAN JE MAATLIJDEN OP VOORHAND.

Voorkom de verleiding om onnodig voedsel te kopen. Gebruik een boodschappenlijstje en ga alleen naar de afdelingen van de supermarkt waar je verse levensmiddelen vindt die de meest gebalanceerde voedingswaarde hebben en jouw stofwisseling verbeteren.

LIJST MET GOEDGEKEURDE VOEDING

Focus op verse voedingsmiddelen om natrium, ongezonde vetten en bewerkte voedingsmiddelen te vermijden die je bloedsuikerspiegel verhogen en je transformatie-inspanningen vertragen. We bieden ook een aantal speciale recepten om te inspireren om gezond te koken, apart verkrijgbaar.

EIWIT

Scharrelkip
(zonder hormonen
is het beste)
Eend
Eieren (vrije uitloop)
Grasgevoerd rundvlees
(gemalen, steak,
filet, gebraad)
Lam
Kalkoenspek
(nitraatvrij)
Hertevlees
Buffel
Elk soort witte vis
(wild is het beste,
niet gekweekt)
Heilbot
Zeebaars
Ansjovis
Kabeljauw
Krab
Bot

Heek
Makreel
Mosselen
Zeebaarbeel
Zalm
Sardines
Zwaardvis
Tonijn
Forel
Kreeft
Krab
Garnaal

VEGETARISCHE EIWITTEN*

Quinoa
Tofu (biologisch)
Rauwe of gekiemde
noten zijn niet zo
caloriearm, of zo
vullend als quinoa
en tofu
Tempeh

Bonen (veel
calorieën voor
kleine hoeveelheden -
kidneybonen, zwarte
bonen, cannellini
bonen, lima bonen)
Kikkererwt
(garbanzo-bonen)
Linzen

NUTEN & ZADEN

(met mate, want ze
zijn calorierijk)
Amandelen
Paranoten
Cashewnoten
Kastanjes
Chiazaden
Lijnzaden
Hennepzaden
Zonnebloemzaden
Pompoenzaden
Walnoten

*Let op veganistische
vlees- en visvervangers
die normaal sterk
bewerkt zijn met zout,
conserveringsmiddelen,
tarwe en suiker om de
smaak te verbeteren.
Eet alsjeblieft natuurlijke
voedingsmiddelen in het
Slenderiiz* programma.
OPMERKING: Lees altijd
de etiketten en kies
vleesvervangers die
geen tarwe, soja of
andere kunstmatige
toevoegingen bevatten.

GROENTEN

Organisch,
seizoensgroenten
zijn het beste.
Alles wat groen is,
is over het algemeen
goed, dus probeer
iets nieuws!
Artisjokken
Asperge
Rucola

Taugé
Bietenblad
Spruitjes
Broccoli
Bamboescheuten
Rode biet
Paprika's
(groen, rood, oranje)
Paksoi
Kool
Wortelen
Bloemkool
Zwarte kool
Selderij
Knolselderij
Mangold
Choi Sum Groenten
Chicoreiblad
Chilipepers
Galicische kool
Courgette
Kers (mosterdkers,
gekiemde zaden)
Komkommers
Paardenbloemblad
Augurken
Daikon radijs (mooli)
Witlof
Andijvie
Groene bonen
Groene sla
Boerenkool
Prei
Peultjes
Champignons
Indische mosterd
Okra

Uien
Erwten (snap erwten,
tuin erwten)
Pastinaak
Pompoen *
Radicchioblade
Radijs
Rode kool
Rode bladsla
Romeinse sla
Rabarber
Snijbonen
Spinazie
Spruiten
Sjalotten
Pompoen
(butternut-, zomer-
en spaghetti pompoen)
Zoete maïs *
Zoete aardappel *
Snijbiet
Gele pompoen
Waterkers
*Met mate vanwege
gemiddelde/hoge GI.
Kan je bloedsuikerspiegel
verhogen, wat je progressie
kan vertragen

ZEEGROENTEN

Nori
Dulse
Hijiki
Kelp
Kombu
Wakame

FRUIT

Biologisch
seizoensfruit
is het best.

BESTE KEUZE

(laagste suikergehalte)

Appels
Avocado
Aardbeien
Bosbessen
Braambessen
Kersen
Frambozen
Tomaten

DE TWEEDE BESTE KEUZE

Veenbessen
Pompelmoes
Passievrucht
Peren
Perzikken
Persimmon
Granaatappel
Pruimen
Verse vijgen
Kiwi

DE DERDE BESTE KEUZE

Sinaasappels
Papaja
Mandarijnen
Mango
Meloen (Cantaloupe
meloen alleen met

mate vanwege de
gemiddelde/hoge GI)
Mandarijnen
Nectarines

GEZONDE VETTEN

Deze vetten zijn
bouwstenen
voor een gezond
immuunsysteem.
Reserveer een
minimum van 250-300
van de dagelijkse
calorieën voor
deze vetten.
Kokosolie * (veilig voor
het koken: 1 eetlepel =
100 calorieën)
*Beste bakolie voor hoog
vuur is extra vierge, rauwe
kokosolie
Koudgeperste
chizaadolie **
Koudgeperste
hennepzaadolie **
Koudgeperste rauwe
pompoenzaadolie **
Koudgeperste rauwe
walnootolie **
**2 lepel porties, kan
worden gebruikt voor
salade dressing. Bij gebruik
van rauwe ingrediënten,
mag 50 gram worden
gebruikt.
Oliën om over
voedsel te sprenkelen
Deze oliën mogen
niet verwarmd worden,

omdat ze dan gaan roken, giftige stoffen afgeven en ranzig worden. Avocado Avocado-olie Koudgeperste extra olijfolie Lijnzaadolie Bernagie Olie Vermijd volledig plantaardige, canola-, maïs-, pinda-, soja-, zonnebloem-, saffloer- en katoenzaadolie. Gebruik in plaats daarvan kokosolie.

KRUIDEN

Basilicum
Laurierblad
Karwijzaad
Kardemom
Cayennepeper
Bieslook
Kaneel
Kruidnagel
Chilli Flakes
Koriander
Kerriebladeren
Dille
Venkel
Knoflook
Gember
Kafir Limoenbladeren
Citroengras
Munt
Oregano
Paprika
Peterselie
Rozemarijn
Dragon
Tijm

Kurkuma
Salie
Saffraan
Vanilleboon
(niet de essence op alcoholbasis)
Opmerking: Voedingsgist kan als smaakmaker worden gebruikt

SPECERIJEN

Zoutloze en suikervrije specerijen zijn een goede optie om jouw maaltijden op smaak te brengen met het Slenderiiz-programma. Appelcider-azijn Balsamico Azijn Zwarte/Roze peper Cayenne Komijn Kerriepoeder (alle soorten mengsels, maar controleer of er geen suiker in zit) Dulsevlokken Knoflook Kelpvlokken Citroen Limoen Mosterd Uienpoeder Zeezout Kurkuma

ZOETSTOFFEN

Vloeibare stevia druppels Stevia poeder dat geen maltodextrine bevat

SMAAKMAKERS

Gefermenteerde smaakmakers zoals kimchi of zuurkool zijn vooral goed voor de stofwisseling en kan vlees beter verteerbaar maken. Geen smaakmakers eten die suiker of kunstmatige zoetstoffen bevatten zoals sucralose, aspartaam, Equal of Splenda. Vermijd zoete-chilisaus en bruine saus omdat die suiker bevatten. Lees ook de ingrediënten van bouillonblokjes en kies voor zoutarme versies.

Mierikswortel (puur, geen mierikswortelsaus) Ketchup (biologisch zonder suiker of sucralose) Mosterd Olijven (zon-gedroogd of opgelegd in azijn) Pikante saus Salsa (lees de ingrediënten, bevat vaak suiker) Sojasaus (tarwevrij, natrium-arm) Tabasco Tamari (glutenvrije sojasaus) Wasabi

CARBOHYDRATEN

(spaarzaam gebruiken, slechts één keer per week) Haver, Rogge, Boekweit, Soba, pompernikkel, zuurdesem, Gram meel

VERMIJD

Brood (wit, bruin en brood op basis van tarwe), gerst, patat, pretzels, meel (wit, tarwe, bruin), rijst, granen, couscous, pasta, aardappelen, suiker, chemische suikervervangers, geijodeerd tafelzout, chips, geroosterde en gezouten noten, commerciële zuivelproducten, plantaardige oliën, natriumrijke voedingsmiddelen zoals soepen in blik, verwerkt vlees, chocolade, tortillachips, jam, en transvetten.



HANDIGE TIP:

Biologische voedingsmiddelen zijn altijd het beste. Ze bieden de beste manier om schadelijke chemicaliën, pesticiden, herbiciden, toevoegde hormonen en antibiotica te vermijden.

ONTHOUDEN:

+ Alleen eten van de lijst met Goedgekeurde voeding
+ Houdt voedsel bij
+ Monitor de inname van water

FASE TWEE

VOLHOUDEN

Gefeliciteerd met het bereiken van jouw doel! Nu is het belangrijk om jouw gezonde levensstijl, met inbegrip van een evenwichtige voeding en regelmatige lichaamsbeweging, te handhaven.

Je kent nu de gevaren van verwerkte voedingsmiddelen voor jouw gezondheid en transformatie.

Je hebt een laag-glykemisch dieet gevolgd en nu is het tijd om geleidelijk weer complexe koolhydraten toe te voegen.

VERMIJD VALKUILEN

Om veel voorkomende valkuilen te vermijden, moet je een levensstijl ontwikkelen die gebaseerd is op gezonde keuzes uit de vetverbrandingsfase. Let op de tijd van de dag wanneer je eet, hoeveel je eet, en de kwaliteit van die calorieën.

Wat je moet blijven vermijden is wit brood, witte bloem, pasta, rijst en aardappelen, evenals alle andere geraffineerde zetmeelproducten en verwerkte voedingsmiddelen. Zorg er vooral voor om voeding te vermijden met de vermelding “verrijkt”. Zoek in plaats daarvan naar woorden zoals volkoren en gekiemde granen. Kies ook volkoren rijst zoals basmati, lange rijst, volkoren bruine rijst, wilde rijst en gekiemde rijst. Gebruik zoete of rode aardappelen.

Door deze richtlijnen te volgen eet je op een manier die bloedsuikerpieken vermijdt ondersteun je jouw gezondere, slankere lichaam. Tot slot: Vergeet niet jouw Nutrifii-supplementen in te nemen. Deze producten zorgen voor gezonde vetten, een extra energieboost en betere voedingsstoffen die belangrijk zijn voor het behoud van een gezond lichaam.

HANDIGE TIP: De term “volkoren” betekent niet altijd dat het is gemaakt van volkoren graan. Bruin brood is niet per se beter. Controleer de volledige lijst van ingrediënten voordat u koopt.

EEN VOORBEELDDAG

ONTBIJT

Neem de Day druppels zoals voorgeschreven.
Neem de Nutrifii-supplementen.

Kies er een:

- PureNourish shake (twee schepjes) gemengd met spinazie, water, ongezoete kokos of amandelmelk (ijs als optie).
 - 3 vrije uitloop eieren met een ½ kopje (120 ml) bessen.
 - Omelet van drie eieren met minimaal 1 kopje (240 ml) groenten (geen kaas).
 - Roertofu met spinazie, knoflook, kurkuma, en kokosolie.
 - 1 kop (240 ml) rauwe groenten met 10-20 rauwe amandelen.
- Je kunt hier ook een smoothie van maken met 1/3 kopje (80 ml) kokosmelk.

LUNCH

Neem de Day druppels zoals voorgeschreven.

Maximaal 250 g eiwit uit de lijst met Goedgekeurde voeding gebruiken (wegen vóór het koken).
Minimaal 3 kopjes groenten.
1/2 kopje fruit is optioneel.

SNACK

Kies er een:

- Ongezoete augurken en witte kalkoenfilet
- Appel met 1 eetlepel amandelboter
- PureNourish Shake

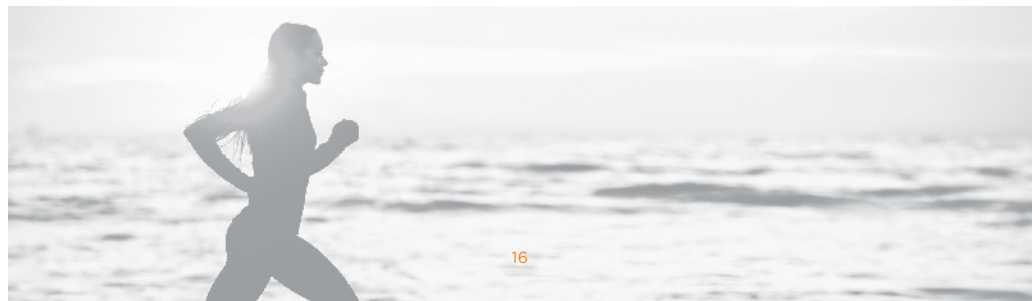
AVONDETEN

Neem de Day druppels zoals voorgeschreven.
Neem de Nutrifii-supplementen.

Maximaal 200 mg eiwit uit lijst met Goedgekeurde voeding (wegen vóór het koken).
2 kopjes gekookte of rauwe groenten.
1 kopje fruit.

AVOND

Neem een of twee uur voor het slapengaan de Night druppels zoals voorgeschreven. Na het innemen van de druppels niet meer eten.



HET SLENDERIIZ BORD

Het Slenderiiz Bord helpt je de porties van een evenwichtige maaltijd te visualiseren.



VRAGEN EN ANTWOORDEN

V: Wat kan ik verwachten als ik met dit programma begin?

A: Je kunt bepaalde ontweningsverschijnselen ondervinden als je veel bewerkte voedingsmiddelen, fast food, diepvries, kant-en-klare of ingeblikt voedsel at voordat je met het programma begon. In het begin kun je naar dergelijke voeding verlangen, maar het is belangrijk om de eerste 48 uur sterk te zijn totdat je het gewenste effect bereikt! Voor de beste transformatieresultaten moet je veel groenten met vezels eten, zoals broccoli, bloemkool, spinazie, komkommer, rode paprika, en kool.

Als je echt honger hebt en niet alleen ontweningsverschijnselen ervaart van de chemische stoffen in verwerkt voedsel, moet je meer vezelrijke groenten eten en meer water drinken. Vezel en water zijn uiterst belangrijk voor jouw succes met dit programma.

V: Moel ik lichamelijke oefeningen doen tijdens dit programma?

A: Lichaamsbeweging is belangrijk voor een gezonde levensstijl. Zelfs een kleine hoeveelheid lichaamsbeweging is belangrijk. Lichaamsbeweging helpt je af te vallen hoewel de weegschaal dit niet direct toont, omdat jouw spieren gelijktijdig sterker worden.

V: Wat gebeurt er als ik de regels moet overtreden?

A: Als je op een gegeven moment afwijkt van het programma, eet dan meer magere

eiwitten of groene groenten en gezonde vetten. Vermijd het eten van snoep! Het eten van suiker, zetmeel en plantaardige oliën kan jouw transformatietraject beperken en jouw potentieel voor vetverbranding drie tot vier dagen vertragen.

Kleine "overtredingen" leiden meestal niet tot een plotselinge gewichtstoename, maar zal jouw gewichtsverlies vertragen. Wij adviseren dat je niet afwijkt van het programma, maar als je het doet, pak het dan slim aan. Zorg ervoor dat je jouw de overtreding van het "ideaal" tot een minimum beperkt. Voorkom dat jouw overtreding ertoe leidt dat u opgeeft.

V: Wat moet ik doen als ik een plateau bereik?

A: Het is normaal om gedurende de eerste twee tot vijf dagen een plateau te bereiken. Als dit langer dan zes dagen aanhoudt, moet je een van de twee volgende dingen doen om jouw stofwisseling door het plateau te drukken zodat je jouw lichaamstransformatie kunt doorzetten:

OPTIE 1: Eet een hele dag uitsluitend eiwit, drink water, en neem Day and Night-druppels.

OPTIE 2: Neem dagelijks drie PureNourish-shakes met twee appels als tussendoortjes, Day and Night-druppels, en drink veel water.

*Shakes kunnen worden bereid met twee kopjes (500 ml) biologische babyspinazie gemengd in de shake.

DAY DROPS VÓÓR DE MAALTIJD

Met plantenextracten, chroom en biotine
VOEDINGSSUPPLEMENT

Netto inhoud: 60 ml

VOEDINGSINFORMATIE		
PER DAGELIJKSE PORTIE (45 DRUPPELS)		DRI%*
Extract van witte nierbonen	150 mg	-
Extract van cacao bonen	85,2 mg	-
Extract van groene koffiebonen	49,5 mg	-
Extract van groene theebladeren	19,8 mg	-
Extract van guaranazaad	15,9 mg	-
Extract van kaneelbast	7,95 mg	-
Biotine	300 µg	600%
Chroom	40 µg	100%
*DRI niet vastgesteld		

INGREDIËNTEN:

Glycerol (bevochtigingsmiddel), water, extract van witte nierbonen (phaseolus vulgaris L.), extract van cacao bonen (theobroma cacao L.), erythritol (zoetstof), natuurlijk vanillearoma, extract van groene koffiebonen (coffea arabica L.), citroenzuur (zuurteregelaar), extract van groene theebladeren (camellia sinensis), extract van ugaranazaden (paullinia cupana Kunth), extract van kaneelbast (cinnamomum cassia), steviolglycosiden (zoetstof), D-biotine, chroomchloride.

Bevat cafeïne. Niet aanbevolen voor kinderen of zwangere vrouwen (56 mg/45 druppels).

Biotine draagt bij tot de normale stofwisseling van macronutriënten en tot een normaal energiemetabolisme.

Chroom draagt bij tot de normale stofwisseling van macronutriënten en tot de instandhouding van normale bloedglucosespiegels.

De inname van voedingsmiddelen die erythritol in plaats van suiker bevatten, leidt tot een lagere stijging van de bloedglucose in vergelijking met voedingsmiddelen die suiker bevatten.

AANBEVOLEN DAGELIJKSE HOEVEELHEID EN GEBRUIKSAANWIJZING:

Goed schudden voor gebruik. Neem 15 druppels (0,7 ml) 20 - 30 minuten voor het ontbijt, de lunch en het avondeten. De dagelijks aanbevolen portie niet overschrijden.

WAARSCHUWINGEN:
VOEDINGSSUPPLEMENTEN MOGEN NIET WORDEN GEBRUIKT ALS VERVANGING VOOR EEN GEVARIEERDE EN EVENWICHTIGE VOEDING EN EEN GEZONDE LEVENSTIJL. BUITEN BEREIK VAN JONGE KINDEREN BEWAREN. NIET GEBRUIKEN TIJDENS ZWANGERSCHAP OF TIJDENS HET GEVEN VAN BORSTVOEDING.

KALMERENDE DRUPPELS VOOR HET SLAPEN GAAN

Met plantenextracten
VOEDINGSSUPPLEMENT

Netto inhoud: 60 ml

VOEDINGSWAARDE	
Per dagelijkse dosis (50 druppels)	
L-theanine	100 mg
L-glutamine	25 mg
Fructo-oligosacchariden	10 mg
Extract van acerola	5 mg
Heilig Basilicumpoeder	5 mg
Cordycepspoeder	5 mg
Astragaluswortelpoeder	5 mg

INGREDIËNTEN:

Water, glycerol (bevochtigingsmiddel), L-theanine, L-glutamine, natuurlijk frambozenaroma, natuurlijk muntaroma, citroenzuur (zuurteregelaar), fructo-oligosacchariden, extract van acerola (malpighia glabra L.), heilig basilicumpoeder (ocimum tenuiflorum L.), cordycepspoeder (cordyceps sinensis), astragaluswortelpoeder (astragalus membranaceus), steviolglycosiden (zoetstof).

Astragaluswortelpoeder is een tonicum dat bijdraagt aan adaptogene activiteit en lichamelijk en geestelijk welzijn. Adaptogenen dragen bij tot de instandhouding van normale fysiologische processen.

Heilig basilicumpoeder draagt bij tot het behoud van de weerstand tegen stress.

AANBEVOLEN DAGELIJKSE HOEVEELHEID EN GEBRUIKSAANWIJZING:

Goed schudden voor gebruik. Neem 45 druppels (2 ml) een tot twee uur voor het slapen gaan. Voor het beste resultaat, niet eten na inname van de druppels. De dagelijks aanbevolen portie niet overschrijden.

WAARSCHUWINGEN:
VOEDINGSSUPPLEMENTEN MOGEN NIET WORDEN GEBRUIKT ALS VERVANGING VOOR EEN GEVARIEERDE EN EVENWICHTIGE VOEDING EN EEN GEZONDE LEVENSTIJL. BUITEN BEREIK VAN JONGE KINDEREN BEWAREN.

NIET GESCHIKT VOOR KINDEREN ONDER DE 12 JAAR. NIET GEDURENDE LANGERE TIJD GEBRUIKEN ZONDER PROFESSIONEEL ADVIES. NIET GEBRUIKEN TIJDENS ZWANGERSCHAP OF TIJDENS HET GEVEN VAN BORSTVOEDING.