



MERCI D'AVOIR CHOISI drink6

Gardez votre corps plein
d'énergie et de **vitalité**
grâce à des produits
sains et délicieux

CE GUIDE VOUS AIDERA
AVEC VOTRE PACK

JEÛNE INTERMITTENT

Dans un jeûne
intermittent, non
seulement les heures
de jeûne sont
importantes
mais aussi ce que nous
mangeons pendant
la journée.



BIENVENUE

à Club My Healthy World, où tous vos achats donnent lieu à des points que vous pouvez échanger pour des réductions et des cadeaux.

BÉNÉFICES DE LE JEÛNE INTERMITTENT

Ils sont nombreux et très similaires à ceux que nous proposons avec les cures détox. C'est une manière différente de donner une Pause à la système digestif, por le réinitialiser, réduire l'inflammation et mieux remplir ses fonctions de nettoyage de l'organisme, notamment :



1. Accélérer le métabolisme
2. Stabiliser la glycémie
3. Améliorer la capacité de anti-inflammatoire de notre organisme
4. Réduction du stress
5. Dérramer le processus d'autophagie (renouvellement cellulaire, etc.)

SI VOTRE OBJETIF EST DE PERDRE DU
POIDS OU ENTRER EN CÉTOSE, VOUS
POUVEZ ÉGALEMENT CONSOMMER
NOS EAUX ET NOS SHOTS.



LA PREMIÈRE CHOSE À SAVOIR



Gardez les produits au **réfrigérateur**



Secouez les jus avant de les boire



Soupes, **ouvrez** ou **perforez** la partie supérieure avant de réchauffer au micro-ondes



Nos produits conservent tous leurs **nutriments**



Nos produits peuvent être **congelés**

N'oubliez pas qu'il s'agit de **PRODUITS FRAIS** et que leur date de péremption est relativement courte.
la date de péremption est relativement courte
(normalement 15 jours)



Les produits peuvent varier selon la saison

CE QU'IL FAUT FAIRE AVANT, PENDANT ET APRÈS LE PLAN

UN JOUR AVANT

Nous recommandons 3 choses pour obtenir les **meilleurs résultats** lors de votre désintoxication



Éliminez la viande de votre régime alimentaire



Essayez de ne manger que des fruits et des légumes



Buvez beaucoup d'eau !
Essayez de ne pas boire d'alcool, de tabac, de café...

COMMENCEZ VOTRE DÉTOX !



Il est important de boire beaucoup d'eau et si vous voulez du thé vert ou des tisanes. **Essayez d'éviter le café !**



20:00-12:00h

Thé jour



12:00-13:00h

Shot + Barre Fonctionnelle



14:00-15:00h

Soupes



17:00-18:00h

Jus 230ml



18:00-20:00h

Soupe

8h



16h



APRÈS VOTRE PACK

Profitez de l'occasion pour laisser les choses qui ne vous conviennent pas et continuer à manger des légumes et des fruits.



FÉLICITATIONS SUR LE DÉMARRAGE DE VOTRE JEÛNE INTERMITTENT !

Vous avez réussi à faire un premier pas vers une alimentation saine, ne vous arrêtez pas à une simple cure, continuez à maintenir une vie saine avec nous. Nous pouvons vous aider avec le reste de nos produits pour apporter de l'énergie et de la vitalité à votre corps d'une manière 100% naturelle et sans effort.

MERCI

Nous ne pourrions pas être la marque leader sans l'aide de nos nutritionnistes, médecins, professionnels de l'alimentation et chefs cuisiniers.

Ensemble, nous créons des produits qui améliorent la vie des gens.

**MERCI DE NOUS FAIRE CONFIANCE POUR UNE
ALIMENTATION SAINE**



0669560325 | info-fr@drink6.com

www.drink6detox.fr