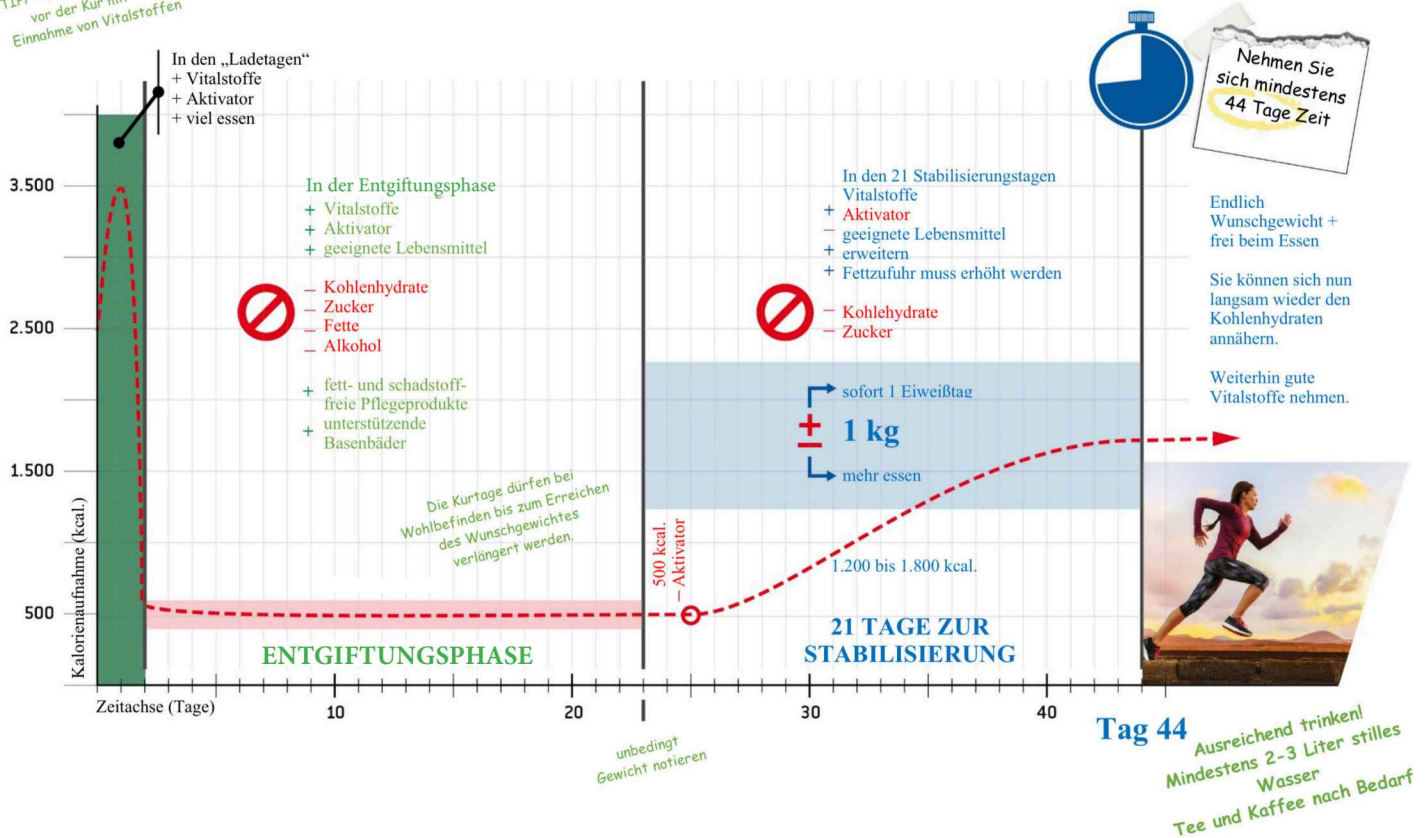


Ablauf der Stoffwechselkur

TIPP – Beginnen Sie bereits vor der Kur mit der Einnahme von Vitalstoffen



1. Ladetage

wir starten mit den Vitalstoffen laut Einnahmeplan. Den Aktivator lassen wir 3 - 4 mal täglich 20-30 Minuten vor der Mahlzeit unter der Zunge zergehen. Wir essen sehr kalorienreich an den beiden Tagen.

2. Entgiftungsphase

Alle Vitalstoffe nach Einnahmeplan, den Aktivator lassen wir täglich 3-4 mal (20-30 Min. vor der Mahlzeit) auf der Zunge zergehen. Wir essen alles, was in der Lebensmittelliste aufgeführt ist, Kohlenhydrate, Zucker, Fett und Alkohol meiden wir in der Phase. Diese Phase geht so lange, bis man sein Ziel erreicht hat.

3. Stabilisierungsphase

Wir nehmen weiterhin alle Vitalstoffe nach Einnahmeplan, den Aktivator nehmen wir jetzt nicht mehr. Wir essen alles, was in der Lebensmittelliste aufgeführt ist und nehmen gesunde Öle und Fette mit auf. Kohlenhydrate, Zucker und Alkohol meiden wir weiterhin in der Phase, diese Phase geht 21 Tage.

4. Testphase

Das Wunschgewicht ist nun gespeichert und wir essen das, worauf wir noch Lust haben. Um unser Ergebnis auf Dauer zu optimieren, nutzen wir eine optimale Vitalstoffversorgung.

Erklärvideo

Hier erfährst du im Video, wie die Stoffwechselkur funktioniert:

<https://vimeo.com/1032876071/862f00d736>



[Link direkt zum Video](https://vimeo.com/1032876071/862f00d736)