



**OBRIGADO
PARA
ESCOLHIMENTO**

drink6

Mantenha seu corpo cheio de **energia** e **vitalidade** com produtos saudáveis e deliciosos.

ESTE GUIA LHE AJUDARÁ
COM SEU PLANO

BODY RESET

Mude o seu corpo num curto espaço de tempo e sem esforço.

19 dias de cuidados divididos em 3 fases



CONGRATULA-SE

para o **My Healthy World Club**, onde todas as suas compras ganham pontos que você pode resgatar por descontos e presentes.

A PRIMEIRA COISA QUE VOCÊ PRECISA SABER



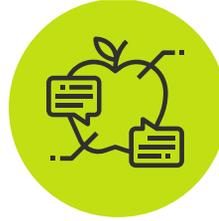
Mantenha seu produtos na **geladeira**.



Agitar cada suco antes beba-o.



Sopas e pratos, **abrir ou furar** a tampa antes de aquecer no microondas.



Nosso produtos retêm todos os seus **nutrientes**.



Nosso produtos podem ser **congelado**.

Lembre-se de que estes são **PRODUTOS FRESCOS**, e sua data de validade é relativamente curta.
a data de validade é relativamente curta
(normalmente 15 dias)

A perda de peso não é o principal objectivo de uma dieta de desintoxicação, embora possa contribuir para ele. O objectivo é: Uma boa maneira de iniciar uma mudança no sentido de uma dieta mais saudável, eliminar toxinas e reiniciar o seu corpo e tornar-se mais saudável.

O QUE FAZER ANTES, DURANTE E DEPOIS DE SEU PLANO

UM DIA ANTES

Recomendamos 3 coisas para obter os **melhores resultados**



Elimine a carne de sua dieta



Tente comer somente frutas e legumes



Beba muita água!
Tente não beber álcool, tabaco, café...

COMECE A SUA DESINTOXICAÇÃO!



Você não precisa comer mais nada, o plano lhe dá todas as calorias que você precisa, basta lembrar de levar os produtos no pedido e nos horários indicados.



É importante beber muita água e se você quiser chá verde ou chás de ervas.

Tente evitar o café!



Dia 1-3



07:00-09:00h

Sumo de laranja, Cenoura e Manga

10:00-12:00h

Sumo de ananás, Maçã

13:00-15:00h

Sumo de Abacate e Espinafres

16:00-18:00h

Sumo de manga, Espinafres e Sementes de Chia

19:00-21:00h

Sumo de limão e Caiena

22:00-23:00h

Sumo de aveia, Ananás

Dia 4-7



07:00-09:00h

Shot Energy

10:00-12:00h

Power Water*

13:00-15:00h

Sumo de Abacate e Espinafres

16:00-18:00h

Sumo de manga, Espinafres e Sementes de Chia

19:00-21:00h

Sumo de limão e Caiena

22:00-23:00h

Sumo de Abacate e Espinafres (230ml) + Shot Green

*Alternaremos entre água de Carvão vegetal e água de Spirulina. Se houver alguma que não queira, pode indicá-lo nos comentários da sua encomenda.

Dia 8-10



07:00-09:00h

Sumo de laranja, Cenoura e Manga

10:00-12:00h

Sumo de ananás, Maçã

13:00-15:00h

Creme

16:00-18:00h

Sumo de manga, Espinafres e Sementes de Chia

19:00-21:00h

Sumo de limão e Caiena

22:00-23:00h

Creme

Dias 11-14



07:00-09:00h

Green Shot + Sumo de limão e Caiena 230ml

10:00-12:00h

Sumo de Abacate e Espinafres 230ml

13:00-15:00h

Creme

16:00-18:00h

Sumo de manga, Espinafres e Sementes de Chia

19:00-21:00h

Sumo de Abacate e Espinafres 230ml

22:00-23:00h

Creme

Dias 15-19



07:00-09:00h

Sumo** 400ml

10:00-12:00h

Sumo** 400ml

13:00-15:00h

Plato

16:00-18:00h

Plato

19:00-21:00h

Creme

22:00-23:00h

Creme

**Incluiremos sumos variados para cada dia. Se tem alguma preferência ou há algum sabor que não queira receber, indique-nos

Para impulsionar o programa, adicionámos os nossos produtos estrela de perda de gordura como **um GIFT**: 2 pacotes de Day Tea Fat burn para tomar uma infusão todas as manhãs e 2 caixas de Energy shot (24 unidades) para tomar um shot ao longo do dia.



Os produtos podem variar dependendo da estação do ano

DEPOIS DO SEU PLANO



Pouco a pouco, volte à sua dieta habitual e aproveite a oportunidade para desistir das coisas que não concordam com você.



Tente manter hábitos saudáveis, comendo legumes e frutas.



Exercite-se!



PARABÉNS POR INICIAR SEU BODY RESET!

Você deu o primeiro passo para uma dieta saudável, portanto não pare agora, continue a manter conosco um estilo de vida saudável. Podemos ajudá-lo com o resto de nossos produtos para trazer **energia** e **vitalidade** ao seu corpo de uma forma **100% natural** e sem esforço.

OBRIGADO

Não poderíamos ser a marca líder sem a ajuda de nossos nutricionistas, médicos, profissionais da alimentação e chefs.

Juntos, criamos produtos que melhoram a vida das pessoas.

**OBRIGADO POR CONFIAREM EM NÓS PARA UMA
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**



+34 911 863 336 | info@drink6.com

WWW.DRINK6DETOX.PT