





Una guida rapida per iniziare con Feel Great

Molti percorsi che portano a uno stile di vita più sano includono dieta, esercizio fisico e gestione dello stress. Ma queste sane abitudini possono essere difficili da mantenere a lungo termine. Nonostante i nostri migliori sforzi, a volte la forza di volontà semplicemente non basta.

Feel Great è progettato per colmare il divario tra dove sei e dove vorresti essere. Feel Great rende uno stile di vita sano totalmente fattibile e divertente. Niente più routine di esercizi estremi, niente più stress e niente più eccessiva preparazione dei pasti.

Digiuno intermittente per principianti

Ecco come potrebbe essere il tuo programma di digiuno intermittente Feel Great.

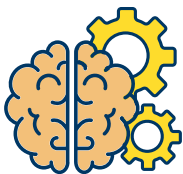
	<h3>1' Tappa</h3> <p>Inizia la giornata con Unimate. Unimate aumenta la concentrazione e l'energia della tua mattina senza interrompere il tuo digiuno.</p>
	<h3>2' Tappa</h3> <p>Mantieni l'equilibrio prima del tuo pasto più importante della giornata per rallentare l'impatto dei carboidrati che consumi.</p>
	<h3>3' Tappa</h3> <p>Prendi di nuovo Balance prima di cena per rallentare l'assorbimento dei carboidrati e per aiutarti durante il periodo di digiuno.</p>
	<h3>4' Tappa</h3> <p>Inizia il tuo digiuno e aspetta 16 ore prima del prossimo pasto.</p>

La cosa più importante da ricordare è di digiunare per almeno 16 ore tra l'ultimo pasto della giornata e il primo pasto del giorno successivo (quindi dalle 20:00 a mezzogiorno). Gli orari dei pasti al di fuori della finestra di digiuno possono essere regolati secondo necessità per adattarsi al tuo stile di vita.

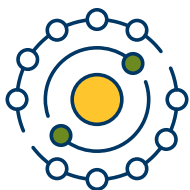
Una guida rapida per iniziare con Feel Great



Per fare il carico di energia e buon umore



Con caffeina e teobromina per più energia e concentrazione



Alta concentrazione di acidi antiossidanti clorogenici



Ricco di metasaponine



Raccomandazioni d'uso

Mescolare un pacchetto con 500–700 ml di acqua (aggiungerne più o meno a piacere). Utilizzare una volta al giorno o a piacere. Bere con acqua calda o fredda.

Consiglio dell'esperto: Per una preparazione facile e veloce, utilizza un montalatte

Una guida rapida per iniziare con Feel Great



Le fibre alimentari contribuiscono a prolungare la sensazione di sazietà dopo un pasto.



I fitosteroli contribuiscono al mantenimento dei normali livelli di colesterolo nel sangue*



Contribuisce a una digestione sana



La fibra alimentare contribuisce a un più lento assorbimento del glucosio nel flusso sanguigno



Contribuisce a una gestione sana del peso



Sostiene le forme di digiuno intermittente come la 16-8, la 4-4-12, etc.

Raccomandazioni d'uso

Per ottenere i migliori risultati, prendi due volte al giorno, 10-15 minuti prima dei tuoi due pasti più abbondanti. Mescolare ogni pacchetto con 240-300 ml di acqua. Mescolare energicamente in una tazza shaker. Bevi subito.

Consiglio dell'esperto: Aggiungere la polvere all'acqua e non l'inverso.

* L'effetto benefico si ottiene con un'assunzione giornaliera di almeno 0,8 g di steroli/stanoli vegetali.