

Colo-Vada Light

Инструкция по применению

Комплексная программа, направленная на очищение и детоксикацию организма, общее оздоровление и омоложение.

Программа рассчитана на 14 дней применения, включает 6 продуктов и состоит из 3 последовательных этапов:

ЭТАП #1 <small>ДЕТОКСИКАЦИЯ 5 ДНЕЙ</small>	ЭТАП #2 <small>ОЧИЩЕНИЕ 4 ДНЯ</small>	ЭТАП #3 <small>ВОССТАНОВЛЕНИЕ 5 ДНЕЙ</small>
ДИ-ТОКС I 20 РАСТИТЕЛЬНЫХ КАПСУЛ ДИ-ТОКС II 20 РАСТИТЕЛЬНЫХ КАПСУЛ ГринГрин 20 РАСТИТЕЛЬНЫХ КАПСУЛ	Лайт Микс 12 САШЕ-ПАКЕТОВ	Ассимилятор 20 РАСТИТЕЛЬНЫХ КАПСУЛ ГринГрин 20 РАСТИТЕЛЬНЫХ КАПСУЛ Супер-Флора 30 РАСТИТЕЛЬНЫХ КАПСУЛ

БАД к пище. Не является лекарственным средством.

ПРОГРАММА СПОСОБСТВУЕТ:

- очищению кишечника и выведению продуктов жизнедеятельности и токсинов;
- нормализации пищеварения и обмена веществ;
- улучшению состояния кожных покровов.

Программа разработана известным нутрициологом, доктором Альбертом Зером.

Этап 1. Детоксикация (5 дней)

Первый этап программы состоит из 3 растительных комплексов, компоненты которых активируют детоксикацию и укрепляют защитные силы организма. Входящие в состав цветки красного клевера, корень лопуха, листья артишока, семена расторопши, трава тимьяна улучшают отток желчи и фильтрующие способности печени и желчного пузыря, нормализуют обмен веществ. Корни солодки, алтея и имбиря активируют иммунитет, улучшают микрофлору и оказывают противопаразитарное действие. Молодые листья и сок из зеленых побегов пшеницы и ячменя, водоросли, ягоды черники и малины, корни свеклы и моркови, плоды ананаса, входящие в комплекс ГринГрин, богаты пищевыми волокнами, витаминами, минералами, которые улучшают моторику кишечника и выведение продуктов жизнедеятельности и токсинов.

Этап 2. Очищение (4 дня)

Второй этап программы состоит из порошка Лайт Микс. Активные компоненты порошка — шелуха семян подорожника, семена льна, бентонит

и чернослив — усилены нерастворимыми пищевыми волокнами комплекса ГринГрин. Коктейль из порошка, действуя как метелка, тщательно очищает кишечник, положительно влияет на микрофлору, защищает и восстанавливает слизистые.




Данный этап принесет наибольшую пользу только при условии достаточного потребления жидкости: воды или несладкого (предпочтительно овощного) сока на протяжении всего периода. Для облегчения прохождения данного этапа следует избегать твердой пищи и соблюдать диету на основе жидкой пищи. Рекомендуются овощные супы или овощные бульоны.

Этап 3. Восстановление (5 дней)

Третий этап включает продукты, являющиеся источниками пробиотиков, ферментов и фитонутриентов. Пробиотики и ферменты способствуют восстановлению пищеварительного баланса. Совместно с фитонутриентами из продукта ГринГрин они подготовят основу для корректной работы пищеварительной системы и организма в целом.

СХЕМА ПРИМЕНЕНИЯ

Рекомендации автора программы доктора Альберта Зера.

ЭТАП	 УТРО	 ДЕНЬ	 ВЕЧЕР
ЭТАП #1 1-5 ДЕНЬ	ДИ-ТОКС I 2 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ ДИ-ТОКС II 2 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ ГринГрин 2 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ		ДИ-ТОКС I 2 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ ДИ-ТОКС II 2 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ ГринГрин 2 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ
ЭТАП #2 6-9 ДЕНЬ	Порошок Лайт Микс 1 САШЕ-ПАКЕТ*	Порошок Лайт Микс 1 САШЕ-ПАКЕТ*	Порошок Лайт Микс 1 САШЕ-ПАКЕТ*
ЭТАП #3 10-14 ДЕНЬ	Ассимилятор 2 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ ГринГрин 2 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ Супер-Флора 1-3 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ		Ассимилятор 2 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ ГринГрин 2 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ Супер-Флора 1-3 КАПСУЛЫ ВО ВРЕМЯ ЕДЫ

* Содержимое одного пакета размешать в стакане (~ 240 мл) холодной воды и сразу выпить. Дополнительно запить стаканом воды. В течение дня необходимо пить достаточное количество жидкости.

ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ ВО ВРЕМЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРОГРАММЫ:

Во время прохождения программы необходимо выпивать ежедневно не менее 1,5 л воды. Достаточное потребление жидкости активирует процесс очищения организма.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

Индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью, непроходимость и острые воспалительные заболевания желудочно-кишечного тракта. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Лицам с заболеваниями щитовидной железы и принимающим препараты йода необходимо проконсультироваться с врачом-эндокринологом.

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПИТАНИЮ:

- отдавайте предпочтение жидкой пище, овощным супам и бульонам на протяжении всего времени прохождения программы;
- сократите потребление мясных продуктов;

- выбирайте еду, богатую витаминами и минералами;
- готовьте блюда на пару, отваривайте или запекайте в духовке;
- по возможности употребляйте еду комнатной температуры;
- не допускайте больших перерывов между приемами пищи (не более 3 часов);
- ужинайте не позднее чем за два часа до сна;
- исключите перекусы между основными приемами пищи.

ВО ВРЕМЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРОГРАММЫ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ УПОТРЕБЛЯТЬ:

- фастфуд, жирные и жареные продукты;
- чрезмерно сладкие или соленые продукты;
- продукты с химическими консервантами;
- энергетики;
- газированные сладкие напитки;
- черный кофе;
- крепкий черный чай;
- алкоголь.