

## **HERBALIFE - SHAPEWORKS CONCEPT**

### **Was ist ShapeWorks?**

Es ist ein neues Konzept für eine effektive Gewichtskontrolle, erstellt auf der Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse und Entdeckungen auf dem Gebiet der Ernährung und bietet individuelle Lösungen für die Bedürfnisse des jeweiligen Kunden. Dieses Konzept basiert auf dem erfolgreichen Produkt-Unternehmen Herbalife - Cellular Nutrition basiert. Die ursprüngliche 5-Komponente zelluläre Ernährung wurde erweitert, um Proteine zu konzentrieren.

ShapeWorks Konzept basierte auf Studien von Dr. David Heber, Ph.D., Vorsitzender des Wissenschaftlichen Beirats Herbalife entwickelt. Dr. Heber als Grundlage für den Erfolg in Gewichts-Management-Programm für den Einsatz von Cocktails mit einem hohen Eiweißgehalt, gute Ernährung und Bewegung berücksichtigt. Diese Faktoren helfen der fettfreien Körpermasse (Muskulatur), die sich im Körper in "idle" Verbrauch von Kalorien. Jedes Kilogramm Körpermasse in einem Tag verbrennt etwa 28 Kalorien pro Kilogramm im Gegensatz zu Fettgewebe, das entspricht nur 4 Kalorien pro Tag verbraucht. Daraus folgt, dass je mehr wir den Fettanteil im Körper reduziert, desto mehr wird der Organismus mehr Kalorien verbrennen.

**Cocktail - Formel 1** - Ersatz Lebensmittel mit einem hohen Soja-Protein. Es bietet alle notwendigen Ernährung und enthält die minimale Anzahl von Kalorien.

**Multivitamin Komplex** (Früher bekannt als Formel-3 bekannt) - Produkte mit zugesetzten Vitaminen und Mineralstoffen.

**Protein Supplement in Pulverform** (Früher als Protein Supplement Powder bekannt) - ist eine Mischung aus Molke und Soja-Protein, das wird empfohlen, Cocktails (F1), um eine optimale Proteinzufuhr erhöhen hinzugefügt werden. Verpackung 240 g / 650, - CZK

**Fiber & Herb (Haferspelzkleie-Komprimat)** (früher als Formel-2 bekannt): die Tabletten mit Ballaststoffen und pflanzlichen Zutaten, die effektive Gewichtskontrolle helfen und hilft Giftstoffe beseitigen und Abfallstoffe.

**Omega 3-6-9** (Entschädigung für die F4) - Ergänzungsfutter mit essentiellen Fettsäuren, die unerlässlich sind für die richtige Ernährung. Dies ist eine sehr wichtige Substanz, die ein Organismus nicht selbst synthetisieren und muss daher dem Körper mit der Nahrung aufgenommen werden.

**Formula 5 - Cell-U-Loss** - Diese Komponente beeinflusst das Leitungsorgan des Wassers. Es hilft bei der Reduzierung des Wassergehaltes im Fettgewebe und hilft gegen Cellulite.

Unsere Kunden empfehlen die folgenden Produktgruppen:

#### **ShapeWorks – verlängert (mit einem kleinen Protein Konzentrat)**

- |   |  |
|---|--|
| 1) Cocktail - F1  | 5) Omega 3-6-9 (Entschädigung für die F4)    |
| 2) Multivitamin-Komplex                                   | 6) Formula 5                                 |
| 3) Protein Supplement Pulver ( <b>240 g / 650,- czk</b> ) | 7) Thermojetics 100g                         |
| 4) Fiber & Herb (Haferspelzkleie-Komprimat)               | 8) Psyllium 200g (Faser in ein Cocktailglas) |

Preis: CZK 3715, - F1 Cocktails mit Geschmack: Vanille, Erdbeere, tropischen Früchten, Schokolade oder Cookies & Cream

#### **ShapeWorks – Basis (mit einem kleinen Protein Konzentrat)**

- |   |   |
|---|---|
| 1) Cocktail - F1  | 5) Omega 3-6-9 (Entschädigung für die F4) |
| 2) Multivitamin-Komplex                                   | 6) Formula 5                              |
| 3) Protein Supplement Pulver ( <b>240 g / 650,- czk</b> ) |   |
| 4) Fiber & Herb (Haferspelzkleie-Komprimat)               |   |

Preis: CZK 2675, - F1 Cocktails mit Geschmack: Vanille, Erdbeere, tropischen Früchten, Schokolade oder Cookies & Cream

#### **ShapeWorks – Mini (ein kleines Protein Konzentrat)**

- 1) Cocktail - F1
- 2) Multivitamin-Komplex
- 3) Protein Supplement Pulver (240 g / 650,- czk)

- 4) Fiber & Herb (Haferspelzkleie-Komprimat)

Preis: CZK 2140, - F1 Cocktails mit Geschmack: Vanille, Erdbeere, tropischen Früchten, Schokolade oder Cookies & Cream

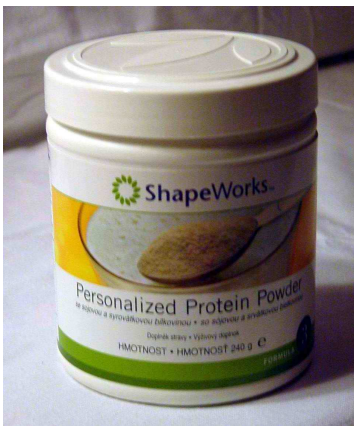
Die Preise sind mit einem Stück für das Protein Konzentrat berechnet. Es ist notwendig, um die optimale Menge an Eiweiß zu bestimmen. Dieser Betrag ist für Männer und Frauen, je nach Ihrer Körpergröße und BMI (Body Mass Index).

### Wie bestimmt man die Menge an Protein benötige ich?

Auf unserer Website [www.hl.cz](http://www.hl.cz) siehe Abschnitt "Produkte" auf der linken Seite Theke und BMI empfohlene Menge an Protein, das Sie nach einem Klick auf den Link unter der Theke gelegen finden. Nach dem Einfüllen in Form von Daten berechnet empfohlenen Tagesdosis werden. Bitte beachten Sie, dass die Anzahl der Pakete lediglich eine Empfehlung aus, dass das Konzept könnte ShapeWorks ihre Stärken zu zeigen.

### Dosierung:

Cocktail Tabletten und steht im Einklang mit der Dosierung "Cellular Nutrition". Im Gegensatz zu zellulären Ernährungsprogramme ist ShapeWorks den Geist eines Individuums Proteinzufuhr. Dies geschieht entweder durch das Protein für PPP erreicht.



## EIWEIßSTOFF ERGÄNZUNG

### Personalized Protein Powder(Pulver)

Enthält Soja-und Molkenprotein – Gesamt 83% Protein – von 6 g Dosis beträgt 5 g reines Eiweiß. Sojaprotein ist eines der hochwertigsten pflanzlichen Proteinen. Es ist eine einzigartige Quelle von Aminosäuren und Antioxidantien.

Eiweißstoff ergänzung geben Sie Ihrem Körper eine Menge an Protein, die sie benötigen. Es hat keinen Geschmack, was bedeutet, dass das Produkt kann auf die F1-Cocktails oder Speisen wie Suppen, Kompott oder Gemüsesalate (aber nicht überkochen).

Eiweißstoff Supplement enthält eine spezielle Kombination aus Molke und Soja-Protein, und Sie können entsprechend anpassen die Menge an Protein in Ihrer Ernährung. Denken Sie daran, dass die durchschnittliche Frau 100 Gramm Eiweiß und 150 Gramm Protein auch Männer einen Tag braucht. Die genaue Höhe der erforderlichen täglichen Protein, können Sie auf unserer Website [www.hl.cz](http://www.hl.cz) Abschnitt Informationen über die Produkte zu finden.

Protein Supplement wird nicht nur helfen bei der Gewichtsabnahme, aber es ist auch geeignet für Sportler, die den Betrag von Muskelmasse erhöhen müssen.

### Protein hilft, die Geschmacksnerven zu befriedigen

Wenn Sie versuchen, Gewicht zu verlieren, und zwischen den Hauptmahlzeiten sind mit ihren Geschmacksnerven kämpft, dann sicher sein, wie diese Methode wird für Sie arbeiten. Wenn Sie regelmäßig konsumieren Proteinerergänzung in Verbindung mit einer normalen ausgewogenen Ernährung wird Protein erfüllen Sie Ihren Gaumen und Ihren Wunsch nach kontinuierlicher Lebensmittel und Süßwaren werden nicht mehr so.

### Dosierung:

Wenn Sie eine Protein-Produkt, zusammen mit einer Reihe **ShapeWorks**, fügen Sie für jeden F1-Cocktail ausreichende Menge an Protein (benötigte Betrag kann auf unserer Website, oder besuchen Sie die unten aufgeführten Telefonnummern gefunden werden). Es ist auch zweckmäßig, mehr spezielle Cocktail aus **Psyllium** Faser, die ein Gefühl von Fülle und hilft, hilft den Verdauungstrakt hinzuzufügen.

Proteinerergänzung angemessen ist die Konsistenz der Mischung aus elektrischen Mixer oder Shaker (95, - CZK) sonst wird es schaffen Klumpen. Wenn Sie PPP alleine verwenden, sie in Milch, Wasser vermischt werden dürfen, Joghurt, Saft, andere Lebensmittel Fall – wie Salatdressings. In jedem Fall muss ein

Lebensmittel in der PPP, die gemischt und hohen Temperaturen ausgesetzt, die den Abbau des Proteins führen können wird.

Weitere Informationen über die neuesten Produkte und andere Neuigkeiten:

<http://www.hl.cz>, [www.alfafit.cz](http://www.alfafit.cz)

E-Mail - Information: [info@hl.cz](mailto:info@hl.cz) Auftrag: [objednavky@hl.cz](mailto:objednavky@hl.cz)

Auftrag/Fragen: +420 **220 570 220** , Deutschsprachig: **+420 776 470 092**

**AlfaFIT s.r.o.** *Betreiber des Portals hl.cz*