

Cell RESET International



Cell-Reset (Odnowa komórek) - Zastosowanie

Odnowa komórek jest 28 dniowym programem w pierwszym etapie dla wspomagania zdrowia i w drugim etapie dla redukcji masy ciała.
UWAGA! Proszę przeczytać wszystkie Informacje!

Niezbędne produkty:

I szt. ProShape (amino)- istotne aminokwasy- "Rusztowanie" organizmu.

III szt. Herbaslim- Tee - Herbata ziołowa

działająca pobudzająco i oczyszczająco

I pudełko Basic

3 szt. Activize Oxyplus- Wit. B Komplex -
Energia i proces Spalania

3 szt. Restorate Sensitiv- Proces
oczyszczania i zbalansowanie poziomu cukru
we krwi

V szt. Fitline Jogurt

Ta kuracja przynosi najlepsze efekty z
poleconymi wyżej produktami!

Od drugiego miesiąca:

Poleca się zestaw idealny ABO (Activize
Basics Restorate)

W razie potrzeby także wszystkie dalsze
Produkty z serii Fitline.

Ogólne Informacje w trakcie Kuracji:

Herbaslim- Tee ugotować i wstawić do
lodówki, 1 litr (na więcej dni)

Activize możesz w trakcie dnia kilkakrotnie
pić 2x 3 Sztuki dziennie

Picie:

Nie pić w trakcie jedzenia, żuć dobrze
(optymalnie 32razy), dobre trawienie
zaczyna się już w jamie ustnej poprzez
wystarczające rzucie pokarmu.

Jedna szklanka wody:

powinna być wypita po 15-20 min. po każdym
posiłku. Powinieneś wypić

najmniej 2 litry wody w ciągu dnia. To jest
8 szklanek wody.

Restorate Sensitive

W ilości spożywanych napojów przez Ciebie, powinny znaleźć się 3-4 szklanki z Restorate sensitive. To dostarcza Tobie Mineralów do procesów chemicznych organizmu oraz reguluje wartość PH.

Herbata

Możesz wypić do 5 filiżanek Herbaty dziennie (bez cukru/Mleka lub sztucznych słodzików)

Przyprawy

Używaj ziół i przypraw w których nie ma żadnej soli.. Chętnie pieprz!

Używaj zioła takie jak (Bazylie, Kolendra, Oregano, Pietruszka, Chili, Czosnek, Cytryna itp.)

Smażenie

Możesz smażyć bez oleju(ale w Wax paper - naoliwiony papier śniadaniowy)

Unikaj:

- Warzyw, Owoców, produktów mlecznych w "białych dniach" i w ciągu całego pierwszego tygodnia.
- Sól -ten cały magazyn soli w organizmie powinien być zużyty w ciągu 28dni.
 - Żadnych Lemoniad, Gum do żucia, Słodocy -również tych bez zawartości cukru.
 - Żadnych Powercoctail, Basic, Zelschutz itd. W ciągu 28 dni. Po kuracji jest dobrze je używać.

Głód:

Jeśli poczujesz głód (występuje rzadko) jedz wtedy 5 Posiłków.

Piąty posiłek będzie składał się wtedy z połowy porcji.

Niewielki Głód:

Ważne są 4 Posiłki - jedz mniejsze ilości.

Niejedzenie jest przy Cell-Reset- Odnowie komórek bardzo

negatywne. Sygnalizujesz niejedzeniem twojemu organizmowi że jest jeszcze wystarczająco do przetrwania. To jest ważne dla twojej prawidłowej przemiany materii.

Pierwszy tydzień- "Biały Ty dzień"-jest idealny dla rozpoczęcia

Cell-Reset- odnowa Komórek.

To jest tydzień największych wyzwań gdyż

jemy tylko proteiny, do których nie przywykliśmy i które są sycące. Dużo

pozytywnych" Błędów" występuje już w

pierwszym tygodniu i dajemy organizmowi

nowa szansę "aby zacząć od nowa. Nie

zażywamy żadnych substancji które powoduje

niezrównywanie organizmu. Niesamowita

Inwestycja w Organizm! Dlatego polecany

jest też pierwszy tydzień kuracji szczupłym

osobom które czują się dobrze ze swoją

wagą jednakże chcą ważne parametry zdrowia

zbilansować i chcą oczyścić swój organizm.

To jest oczyszczanie niechcianych Tłuszcz

z

krwiobieg, właściwy poziom cholesterolu co jest warunkiem właściwej równowagi hormonalnej. Także wyregulowany zostaje poziom cukru we krwi który jest dla nas ważny. Tak zwane złe cukry zostaną usunięte. To jest klucz do późniejszego dobrego samopoczucia.

Pierwszy tydzień składa się z "Białych dni"

Dzień 1-7-" Białe dni"

Po przebudzeniu napój śniadaniowy:

250ml zimnej herbaty ziołowej Herbaslim Tee
z 3 łyżkami Aktivize + 3

Kapsułki

ProShape Amino

15min później śniadanie:(zawsze zimne)

Jedzenie rano powinno zawsze być na zimno
zjedzone i możesz wybrać
pomiędzy:

1. 2 Jajka (maksymalnie na dzień) - mogą
być ugotowane, usmażone -
omlet lub jajecznica (smażone bez
tłuszczu).

15min później 250ml
zimnej wody 2

łyżkami Restorate
Sensitive

15min później woda
(minimum 2-3 litry
dziennie)

Południe:

250ml zimnej herbaty ziołowej
Herbaslim Tee z 3 łyżkami Aktivize
i 1 saszetka BASIC (**basic pijemy 1
raz dziennie**)

(wymieszać wszystko razem)

15min później:

Wybierz co chcesz zjeść z tych dań

1. 150gr. Kurczaka (nieosolonego,
ugotowanego, parowanego, grillowanego)
2. 200gr. Ryba (niesolona, ugotowana,
parowana, grillowana)

3. 150gr. Indyka (niesolonego, ugotowanego, parowanego, grillowanego).

4. 200gr owoców morza (seafood - niesolony, ugotowany, parowany, grillowany).

15min później 250ml
zimnej wody z 2
łyżkami Restorate
Sensitive

15min później woda
(minimum 2-3 litry
dziennie)

Popołudnie,
wieczór:

250ml zimnej
herbaty ziołowej
Herbaslim Tee z 3
łyżkami Aktivize

15min później:

Wybierz co chcesz zjeść z tych dań

1. 150gr. Kurczaka (nieosolonego, ugotowanego, parowanego, grillowanego)

2. 200gr. Ryba (niesolona, ugotowana, parowana, grillowana)
3. 150gr. Indyka (niesolonego, ugotowanego, parowanego, grillowanego).
4. 200gr owoców morza (seafood - niesolony, ugotowany, parowany, grillowany).

15min później

250ml zimnej wody
z 2 łyżkami
Restorate
Sensitive

**(po ostatnim
posiłku można
wypić 3 łyżeczki
Restorate - pomaga
zasnąć)**

15min później woda
(minimum 2-3 litry
dziennie)

Chcesz 3 razy dziennie jeść rybę, seafood - jest to w porządku. To samo jeśli chodzi o kurczaka czy indyka, lecz jajek możesz zjeść maksymalnie 2 dziennie. W ciągu dnia rozdziel i pij wyżej opisaną Herbatę, wodę i Restorate. W południe jeszcze raz 3 kapsułki ProShape Amino.

2 i 3 Tydzień-" Zielone Dni"

Rano:

Napój śniadaniowy tak jak w pierwszym tygodniu + 3 kapsułki ProShape Amino

15 min. później

śniadanie:

Siemię lniane i ziarna słonecznika- dzień wcześniej przygotować i pozostawić przez noc w lodówce. Weź całe ziarna siemienia lnianego. Śluz który się wytworzy z ziaren powinien też zostać zjedzony, gdyż ochrania on jelito.

1 stołowa łyżka ziaren słonecznika i 1 łyżka siemienia lnianego zamocz w 2 łyżkach wody na całą noc. Rankiem wymieszaj z około 100-200 ml Fitline jogurt. Jeśli nie tolerujesz produktów mlecznych (fitline jogurt jest probiotyczny).

Dodatkowo masz jeść:

1. Jedno ugotowane jajko (na miękko lub na twardo)

Południe, popołudnie, wieczór:

Pij i jedz jak w 1 tygodniu

Dodatkowo do 150 g Surówki/sałatki (tylko z zielonych warzyw) bez kukurydzy, sera i wędliny). Najlepiej z cytryną.

W południe bierz 3 kapsułki ProShape Amino.

W tygodniu 2 i 3 zrób jeszcze 2 "białe dni"!!!

Tydzień 4:

Pij i jedz jak w 2 i 3 tygodniu lecz dodaj
jeszcze jeden "biały dzień"