

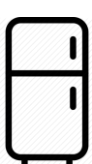
# Grazie per scegliere Drink6!

Mantieni il tuo corpo carico di energia e vitalità con dei **prodotti Sani e deliziosi**.

Questa guida ti aiuterà con il tuo **Pack Diggiuno Intermittente**.

**Benvenuto al nostro Healthy World!**

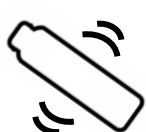
## La prima cosa che devi sapere



Conserva i tuoi prodotti in frigorifero



Minestre creme e piatti pronti. Perforare la parte superiore della confezione e scaldare nel microonde.



Agitalo prima di berlo.



I nostri prodotti conservano tutti i loro nutrienti.

**Ricordati di consumare i nostri prodotti nell'ordine e nelle fasce orarie indicate**

### Ore di alimentazione

12:00

Shot + Barrette con adattogeni

14:00

Creme + Piatti pronti

16:00

Succo + Barrette con adattogeni

19:00

Creme + Piatti pronti

### Ore di digiuno (20:00 – 12:00)

Includiamo 4 bustine di tè al giorno per aiutarti nel digiuno. 2 Day Tea per cominciare la giornata e 2 Immunity tea per rafforzare il sistema immunitario

In funzione della stagione e dello stock disponibile, alcuni prodotti potrebbero variare.

## Informazioni e raccomandazioni

### Benefici del digiuno intermittente

Sono molti e molto simili a quelli che vi proponiamo con i piani depurativi. È **una maniera diversa per far prendere una pausa al sistema digestivo**, per resettarlo, per ridurre l'infiammazione e per fargli svolgere al meglio le sue funzioni di pulizia del corpo, ed in particolare:

- **Accelerare il metabolismo**
- **Stabilizzare la glicemia**
- **Migliorare la capacità anti-infiammatoria del nostro organismo**
- **Riduzione dello stress**
- **Avviare il processo di autofagia (rinnovamento delle cellule, ecc.)**

**Gli alimenti che non rompono il digiuno sono** l'acqua alcalina, le infusioni, il caffè liscio senza zucchero e senza latte. Qualsiasi altro alimento rompe il digiuno e il processo di autofagia.

**Se il tuo obiettivo è dimagrire** o entrare in chetosi puoi anche consumare le nostre acque e i nostri shot.

## GRAZIE

Non potremmo mai essere il **marchio lider senza l'aiuto dei nostri** nutrizionisti, medici, specialisti dell'alimentazione e dei nostri chef.

Insieme creiamo prodotti che migliorano la vita delle persone e le riempiono di vitalità.

**GRAZIE** per averci in noi per condurre un' alimentazione sana



by

my Healthy World

Whatsapp: (+34) 607726135

info@drink6.com

