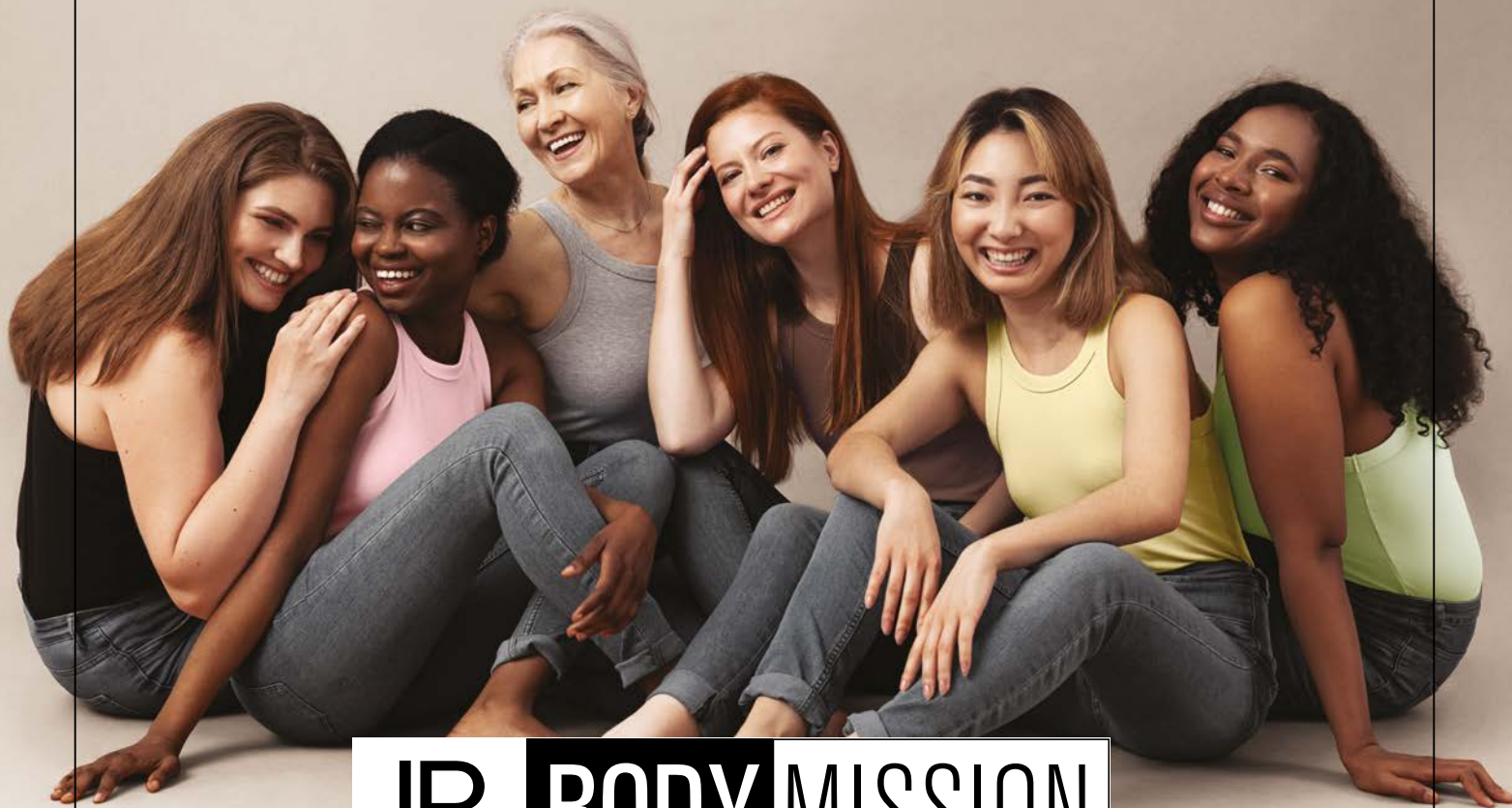


OKOS MEGOLDÁS, HOGY JÓL
ÉREZD MAGAD A BŐRÖDBEN

LR BODY MISSION ISMERTETŐ



LR

BODY MISSION

LR BODY MISSION



VÁGJUNK BELE! NAGYSZERŰ DÖNTÉST HOZTÁL!

Az **LR Body Mission** program segítségével teljes gázra kapcsolhatsz az álomalak¹ eléréséhez vezető úton. Bármilyen is a kitűzött cél, az **LR Body Mission** segít, hogy finom termékekkel, kiegyensúlyozott táplálkozással, rendszeres mozgással és egészséges életmóddal elérd az álomalakod.

Ebben az ismertetőben bemutatjuk, hogy mindez mennyire egyszerű.

¹ **Súlykontroll:** a napi főétkezések közül kettőt helyettesíts (Figu Active shake-ekkel, levesekkel és müzivel) kalóriaszegény táplálkozás mellett, így támogatva a fogyást. A meghatározott súly elérése érdekében minden nap két főétkezést érdemes helyettesíteni étkezés-helyettesítő termékeinkkel. **Súlymegtartás:** a napi főétkezések egyikét helyettesítsd (Figu Active shake-ekkel, levesekkel és müzivel) kalóriaszegény táplálkozás mellett, így segítheted a súlymegtartást. A meghatározott súly elérése érdekében minden nap egy főétkezést érdemes helyettesíteni étkezés-helyettesítő termékeinkkel.



TARTALOM

LR BODY MISSION

1 NAP AZ **LR BODY MISSION** PROGRAMMAL

1 HÉT AZ LR **BODY MISSION** PROGRAMMAL

LR FIGU ACTIVE ÉTKEZÉSEID

ONLINE TÁMOGATÓID

KIEGÉSZÍTŐ TERMÉKEID

AZ EREDMÉNYEID



LR BODY MISSION

Készen állsz az újdonságokra?

Az **LR Body Mission** program megrendelésével megtetted az első lépést az álomalak¹ felé vezető úton. Most kezdődik a megvalósítás. Jó hírünk van, ez nagyon egyszerű!

Az LR Body Mission három alkotóelemre épül:



Finom LR **Figu** Active étkezések



Kiegészítő termékek az álomalak eléréséhez¹



Online támogatás a www.body-mission.com/hu weboldalon sok hasznos tippel az egészséges életmódról és a rendszeres mozgásról.



¹ **Súlykontroll:** a napi főétkezések közül kettőt helyettesíts (Figu Active shake-ekkel, levesekkel és müzivel) kalóriaszegény táplálkozás mellett, így támogatva a fogyást. A meghatározott súly elérése érdekében minden nap két főétkezést érdemes helyettesíteni étkezéshelyettesítő termékeinkkel. **Súlymegtartás:** a napi főétkezések egyikét helyettesítsd (Figu Active shake-ekkel, levesekkel és müzivel) kalóriaszegény táplálkozás mellett, így segítheted a súlymegtartást. A meghatározott súly elérése érdekében minden nap egy főétkezést érdemes helyettesíteni étkezéshelyettesítő termékeinkkel.

Hogy azonnal belevághass az **LR Body Mission** programba, nézd végig ezt az áttekintést a termékek elkészítéséről, valamint a kiegészítő termékek használatáról.

HELYETTESÍTS NAPONTA 1-2 ÉTKEZÉST

Szeretnéd megtartani a súlyod vagy fogyni szeretnél?¹ Helyettesíts naponta 1-2 étkezést LR **Figu** Active shake-ekkel, levesekkel vagy müzli! A fennmaradó étkezéseket élvezheted a megszokottak szerint.



SHAKE-EK

Keverj el 3 evőkanál port
300 ml szójatejjel



3 x + 300 ml



LEVESEK

Keverj el 7 evőkanál port
350 ml forró vízben



7 x + 370 ml



MÜZLI

6 evőkanál müzlihez adj
300 ml szójatejet



6 x + 300 ml



KIEGÉSZÍTŐ TERMÉKEK*

Három jól bevált LR LIFETAKE termék támogat az álmalmak felé vezető úton¹.



Pro Balance tableta:

4 tableta minden étkezés
után a sav-bázis egyensúly
támogatásáért²



Protein ital:

Ha este megéhezel, az
izomzat támogatásáért³



Herbal Fasting diétás teakeverék:

A megfelelő mennyiségű
folyadékbevitelért

*Az étrend-kiegészítők nem helyettesítik a változatos és kiegyensúlyozott étrendet és az egészséges életmódot. ² A Pro Balance tablettában lévő magnézium hozzájárul a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokhoz és az elektrolit-egyensúly fenntartásához. ³ A Protein italban lévő fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg növekedéséhez, és fenntartásához, valamint a normál csontozat fenntartásához.

1 HÉT AZ LR BODY MISSION PROGRAMMAL

Sziasztok, Stefan vagyok, 36 éves és értékesítéssel foglalkozom. A munkanapjaim az előző hónapokban nagyon stresszesek voltak és rengeteget kellett utaznom ez idő alatt. A felesleges kilóktól szeretnék most végre megszabadulni.

Az **LR Body Mission** program meggyőzött az egyszerűségével. A shake-ek, levesek és müzli elkészítése olyan egyszerű és gyors, hogy tökéletesen be tudom illeszteni a mindennapjaimba.¹

Megfelelő támogatást is kapok, hogy visszatérjek az egészséges életmódhoz, a kiegyensúlyozott táplálkozáshoz és a rendszeres testmozgáshoz. Az ízvilágok széles választéka teljesen lenyűgözött.

Az alábbi termékeket választottam a következő 30 napra:

2 shake (lágy vanília, imádnivaló kávé)
2 leves (fűszeres curry, ízletes zöldség)
1 ropogós málnás müzli



¹ **Súlykontroll:** a napi főétkezések közül kettőt helyettesíts (Figu Active shake-ekkel, levesekkel és müzli) kalóriaszegény táplálkozás mellett, így támogatva a fogyást. A meghatározott súly elérése érdekében minden nap két főétkezést érdemes helyettesítened étkezéshelyettesítő termékeinkkel. **Súlymegtartás:** a napi főétkezések egyikét helyettesítsd (Figu Active shake-ekkel, levesekkel és müzli) kalóriaszegény táplálkozás mellett, így segítheted a súlymegtartást. A meghatározott súly elérése érdekében minden nap egy főétkezést érdemes helyettesítened étkezéshelyettesítő termékeinkkel.

Heti étrend hallal és hússal:

1. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Töltött paprika

ESTE



2. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Hal zöldségágyon

ESTE



3. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Brokkolisaláta pulykamellel

ESTE



4. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Csirkecurry mangóval

ESTE



5. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Mexikói darálthús rizzsel

ESTE



6. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Mustáros lazacsaláta bugonyával

ESTE



7. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Sertésszűz babpürével

ESTE



Kiegészítő termékek*

Pro Balance tabletta:
4 tabletta minden
étkezés után

Protein ital: éhségérzet
esetén esténként
Herbal Fasting diétás
teakeverék: a megfelelő
folyadékbevitelért

*Az étrend-kiegészítők nem helyettesítik a változatos és kiegyensúlyozott étrendet és az egészséges életmódot.

1 HÉT AZ LR BODY MISSION PROGRAMMAL

Sziasztok, Elisa vagyok, 30 éves és a szülési szabadságom végéhez közeledek. A terhesség alatt természetesen híztam – de ez teljesen normális. Most szeretnék visszafogni az induló súlyomra, ezért olyan megoldást kerestem, amit könnyen a mindennapjaimba illeszthetek egy baba mellett is.

Fontos számomra, hogy a diéta során ne mindig ugyanazt kelljen ennem, hogy változatos legyen.¹ Ráadásul vegán is vagyok. A shake-ek a kedvenceim, nagyon gyorsan elkészíthetők és igazán finomak. A www.body-mission.com/hu weboldalon szuper tippeket találok a kiegyensúlyozott táplálkozásról és a rendszeres testmozgásról.

Az alábbi termékeket rendeltem, melyek kb. 30 napig kitartanak:

3 shake (lágy vanília, gyümölcsös eper, krémes csoki)

1 leves (lédús paradicsom)

1 ropogós málnás müzli



¹ **Súlykontroll:** a napi főétkezések közül kettőt helyettesíts (Figu Active shake-ekkel, levesekkel és müzli) kalóriaszegény táplálkozás mellett, így támogatva a fogyást. A meghatározott súly elérése érdekében minden nap két főétkezést érdemes helyettesítened étkezéshelyettesítő termékeinkkel. **Súlymegtartás:** a napi főétkezések egyikét helyettesítsd (Figu Active shake-ekkel, levesekkel és müzli) kalóriaszegény táplálkozás mellett, így segítheted a súlymegtartást. A meghatározott súly elérése érdekében minden nap egy főétkezést érdemes helyettesítened étkezéshelyettesítő termékeinkkel.

Vegán étrend:



1. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Vegán chili

ESTE



2. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Ázsiai zöldségek wokban

ESTE



3. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Gombás-zöldséges egytál

ESTE



4. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Padlizsánburger

ESTE



5. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Tápláló gombás omlett

ESTE



6. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Sült brokkoli lencsével

ESTE



7. NAP

REGGEL



DÉLBEN

Nyári tekercs
mogyorószósszal

ESTE



Kiegészítő termékek*

Pro Balance tabletta:
4 tabletta minden
étkezés után

**Herbal Fasting
diétás teakeverék:**
a megfelelő
folyadékbevitelért

*Az étrend-kiegészítők nem helyettesítik a változatos és kiegyensúlyozott étrendet és az egészséges életmódot.

LR

FIGU
ACTIVE

LR FIGU ACTIVE ÉTKEZÉSEK

A választék óriási – ezt már biztos észrevetted az **LR Body Mission** program megrendeléskor. Nemcsak a shake-ek, levesek és müzli közül választhatsz, hanem a különböző ízek közül is. Az LR **FIGU Active** termékek mindegyike kevés cukrot tartalmaz*, azonban sok értékes és természetes alkotóelemből áll össze. Vess egy pillantást példaként egy közkedvelt termékünkre:



VEGÁN

CSÖKKENTETT
CUKORTARTALOM*
STEVIAVAL ÉDESÍTVEMAGAS ÉLELMI ROST
TARTALOMMAGAS
FEHÉRJETARTALOM**

TERMÉSZETES ÁROMÁK



GLUTÉNMENTES***



LAKTÓZMENTES



MADE IN GERMANY



CSOKOLÁDÉS ÁLOM AZ ÉDES PILLANATOKÉRT

- Alacsony cukortartalom, steviával édesítve
- Magas élelmi rost tartalom, pl. útifűmaghéj
- Magas fehérje tartalom (vegán; borsó, csicseriborsó, bab)
- Természetes aromák
- 100% vegán
- Glutén- és laktózmentes
- Ízfokozóktól, pálmaolajtól és mesterséges színezékektől mentes



*A FIGU Active lédús paradicsomlevesen kívül. A természetes nyersanyagokban (pl. paradicsom) előforduló cukrot tartalmazza. Hozzáadott cukor nélkül. A FIGU Active ropogós málnás müzli alacsony cukortartalmú, ha az ajánlás szerint készíted el. ** A fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg növekedéséhez és fenntartásához. *** Az LR FIGU Active ropogós málnás müzli kivételével.



JÓ, HA TUDOD



Dr. Sven Werchan az LR **FIGU** Activeról

LR **FIGU** ACTIVE AZ ÍZLÉSED SZERINT

A változatosságért finom összetevőkkel ízesítheted a shake-eket, leveseket és a müzlit. Áfonya a shake-be, brokkoli a levesbe? Engedd szabadon a fantáziád!



ONLINE TÁMOGATÁS

Mindegy, hogy fogyás¹ vagy súlymegtartás a célod¹ – az egészséges életmód kiegyensúlyozott táplálkozással és rendszeres mozgással elengedhetetlen.

A www.body-mission.com/hu weboldalon online támogatást találsz. Látogass el és élvezd a társaságot!

ÁLLÍTSD ÖSSZE A TÁPLÁLKOZÁSI TERVED



VÁGJ BELE AZ LR BODY MISSION PROGRAMBA ÉS KÖVESD NYOMON AZ EREDMÉNYEKET



PRÓBÁLD KI AZ ÚJ RECEPTEKET!

Látogass el a
weboldalra és nézd
meg a recepteket!



KIEGÉSZÍTŐ TERMÉKEID



Az **LR Body Mission** program során nagyon fontos a megfelelő folyadékbevitel. A Herbal Fasting diétás teakeverék erre tökéletes megoldás.



A fehérjék nagyon fontosak az izmok megtartásához és növeléséhez.² A **Protein italban** 80% tiszta fehérje rejlik, melyek 5 különböző forrásból származnak.



A **Pro Balance** tabletta értékes tápanyagokkal, ásványi anyagokkal és nyomelemekkel látja el a szervezetet a belső egyensúlyért.³

¹ **Súlykontroll:** a napi főétkezések közül kettőt helyettesíts (Figu Active shake-ekkel, levesekkel és müzivel) kalóriaszegény táplálkozás mellett, így támogatva a fogyást. A meghatározott súly elérése érdekében minden nap két főétkezést érdemes helyettesíteni étkezéshelyettesítő termékeinkkel. **Súlymegtartás:** a napi főétkezések egyikét helyettesítsd (Figu Active shake-ekkel, levesekkel és müzivel) kalóriaszegény táplálkozás mellett, így segítheted a súlymegtartást. A meghatározott súly elérése érdekében minden nap egy főétkezést érdemes helyettesíteni étkezéshelyettesítő termékeinkkel.

² A Protein italban lévő fehérjék hozzájárulnak az izomtömeg növekedéséhez, és fenntartásához, valamint a normál csontozat fenntartásához.

³ A Pro Balance tablettában lévő magnézium hozzájárul a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokhoz és az elektrolit-egyensúly fenntartásához.



NAP _____

	ÓRA	ÉTELEK ÉS ITALOK (LR BODY MISSION TERMÉKEK IS)
REGGELI		
EBÉD		
VACSORA		
EGYÉB		

Hány étkezést helyettesítesz az **LR Body Mission** program során?
(Tegyél X-et a megfelelő helyre!)

☐

2 főétkezés

☐

1 főétkezés

	IDŐTARTAM	SPORTÁG VAGY FIZIKAI TEVÉKENYSÉG
TESTMOZGÁS		

LR BODY MISSION

ÉTKEZZ OKOSAN! AZ LR BODY MISSION PROGRAM UTÁN IS

Elérted az álomalakot és szeretnéd hosszú távon megtartani? Helyettesíts továbbra is egy étkezést LR **Fig**u Active levesekkel, shake-ekkel vagy müzlivel!

Keress LR Partnered és érdeklődj a többi LR **Fig**u Active termékről!

