

Bios Life™



10 BIOS LIFE SLIM™ ANWENDUNGSTIPPS

Wenn Sie Fettreduktions-Ergebnisse noch zusätzlich steigern möchten und gleichzeitig Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit steigern möchten, dann befolgen Sie die nachstehenden 10 Tipps.

1. Setzen Sie sich Ziele

Schreiben Sie Ihre Fettreduktions- und Gewichtsziele auf. Schriftliche Ziele sind der Beginn des Erfolges. Je stärker Ihr Wille ist, diese Ziele zu erreichen, umso wahrscheinlicher werden Sie diese auch erreichen.

2. Messen Sie die Ausgangsmaße

Nehmen Sie sich jetzt einige Minuten Zeit, um Ihre Maße zu notieren und machen Sie einige Photos, damit Sie den Fortschritt verfolgen können. Messen Sie den Umfang von Hals, Brust, Bauch, Hüfte, Oberschenkel und Arme. Machen Sie Bilder (am Besten ohne Bekleidung an den jeweiligen Stellen) von vorne und auch von der Seitenansicht. Wahrscheinlich werden Sie zuerst die Reduzierung des Umfangs sehen bevor zusätzlich die Gewichtsreduzierung einsetzt.

3. Machen Sie SLIM™ zu Ihrer täglichen Routine

Mischen und trinken Sie 1 Sachet SLIM™ 15 Minuten vor jeder Ihrer beiden täglichen Hauptmahlzeiten. Sollten Sie es einmal vergessen haben, trinken Sie es, sobald Sie daran denken. Nutzen Sie unseren SLIM™-Shaker, um den Drink einfach anzumixen und trinken Sie es umgehend bevor es sich verdickt.

4. Befolgen Sie die 4-4-12 Regel

Damit Ihr Körper auf größtmögliche Weise überflüssiges Körperfett mit SLIM™ verbrennen kann, müssen wir ihm dazu verhelfen, in die so genannte Fettverbrennungszone zu kommen. SLIM™ wird Ihren Heißhunger reduzieren, was es wiederum einfacher macht auf die eventuell gewohnten Snacks zwischen den Mahlzeiten zu verzichten. Die 4-4-12 Regel besagt: Essen Sie nichts für 4 Stunden zwischen Frühstück und Mittagessen, nichts für 4 Stunden zwischen Mittagessen und Abendessen und nichts für 12 Stunden zwischen dem Abendessen und dem Frühstück.

5. Trinken Sie mehr Wasser

Verzichten Sie auf ungesunde und gesüßte Getränke. Trinken Sie mehr stilles Wasser- mindestens 2 Liter täglich, denn dadurch helfen Sie Ihrem Körper, leichter das Fett und Giftstoffe aus dem Körper zu transportieren.

6. Treffen Sie eine bessere, gesündere Essensauswahl

Wenn Sie wirklich gesünder leben möchten und eine bessere Figur erreichen möchten, dann treffen Sie auch eine gesündere Auswahl dessen, was Sie essen. Für den maximalen Effekt reduzieren Sie den Konsum an hoher glykämischer Nahrung wie Zucker, weiße Nudeln, Kartoffeln, weißer Reis etc....

7. Frühstücken Sie

Das Auslassen des Frühstücks ist einer der Faktoren, warum wir zunehmen. Bringen Sie Ihren Metabolismus in Schwung, indem Sie ein proteinreiches und kohlehydratarmes Frühstück zu sich nehmen. Der einfachste - und auch ein sehr gesunder - Weg, Ihren Tag richtig mit Schwung zu starten, ist ihn mit einem leckeren Shake unseres Lean Complete als Frühstück-Ersatz zu beginnen.

8. Essen Sie weniger

Achten Sie auf die neuen Körpersignale nach dem Verzehr von SLIM™. *Sie werden deutlich weniger Heißhunger verspüren und auch weniger Appetit haben. Ignorieren Sie nicht aus Gewohnheit diese Signale.* Wenn Sie SLIM™ regelmäßig vor den Mahlzeiten nehmen, dann werden Sie feststellen, dass Ihr Appetit reduziert ist. Essen Sie auch entsprechend diesem Signal weniger. Dadurch nehmen Sie nicht nur weniger Kalorien zu sich, sondern Sie *sparen auch Geld* bei den Essensausgaben. Dies ist ein wichtiger Punkt, denn er reduziert die Kosten für SLIM™ erheblich.

Bios Life™



10 BIOS LIFE SLIM™ ANWENDUNGSTIPPS

9. **Bewegen Sie sich mehr**

Es ist wichtig, dass Sie Ihre tägliche Bewegung steigern - auch wenn es nur ein wenig, spontan und kurz zwischen der Arbeit ist. Mit SLIM™ werden auch Sie wahrscheinlich eine deutliche Energiesteigerung bemerken - setzen Sie diese in mehr Bewegung um!

10. **Nehmen Sie am Unicity Schlankheitswettbewerb teil und gewinnen Sie bis zu 2.000 €!**

Wie würde es Ihnen gefallen, überschüssiges Fett zu verlieren, sich besser zu fühlen und gleichzeitig noch tolle Geldpreise von bis zu 2.000 € zu gewinnen? Auf www.bioslifeflim.eu erfahren Sie hierzu mehr.

Bios Life SLIM™ bietet Ihnen bei richtiger Anwendung noch viel mehr Vorteile

Als Teil einer gesunden Ernährung in Kombination mit einem aktiven Lebensstil hilft Bios Life SLIM™ dem Körper auf natürliche Weise

- ✓ ... bei der Erhaltung des optimalen Körpergewichts und der Regulierung gesunder Körperfettwerte
- ✓ ... den Fettstoffwechsel auf einem gesunden Niveau zu optimieren
- ✓ ... das Immunsystem zu aktivieren
- ✓ ... eine gesunde Darmflora und Verdauung zu erhalten
- ✓ ... den Cholesterinspiegel zu optimieren
- ✓ ... gesunde Blutzucker-Werte zu unterstützen
- ✓ Bios Life SLIM™ beinhaltet die wichtigsten Vitamine, Mineralien, Ballaststoffe und Antioxidantien

„Alles in einem Produkt“ – und dies zu einem unschlagbaren Preis-/Leistungsverhältnis!

BITTE BEACHTEN SIE:

Mögliche Begleiterscheinungen bei Bios Life SLIM™

Bios Life SLIM™ basiert auf Vitaminen, Mineralien sowie löslichen und unlöslichen Ballaststoffen. Viele Menschen sind nicht an die tägliche Zufuhr der erwünschten Mengen gewöhnt. Ihr Verdauungstrakt muss sich erst an die Gegebenheiten gewöhnen. Manche Menschen reagieren deshalb anfangs mit lockerem Stuhlgang oder auch Verstopfung. Bei Verstopfungsanzeichen erhöhen Sie einfach die Trinkmenge an stillem Wasser.

Bei einigen Menschen kann es zu Beginn der Einnahme vorübergehend zu einer leichten Gewichtszunahme kommen. Dies liegt meist an der verbesserten Nährstoff-Aufnahme. Es ist wichtig, dass Sie in diesem Fall Bios Life SLIM™ regelmäßig weiter einnehmen, damit Ihr Körper in Balance kommt und das körpereigene Fett verbrauchen kann. Diese Begleiterscheinungen sollten dann mit der Zeit vergehen und die erwünschten Vorteile sollten mehr und mehr beginnen Sie zu begeistern.