



Feel
Great

İçindekiler

- 1 Boşluk
- 2 Feel Great Gene Bakış
- 3 Feel Great Paketinde Neler Var?
- 4 Balance Tanıyın
- 5 Balance Nasıl Kullanılır?
- 6 Unimate'i Tanıyın
- 7 Unimate Nasıl Kullanılır
- 8 Aralıklı Oruç ve İnsülin
- 9 Feel Great SSS



Boşluk

Sağlık söz konusu olduğunda, genellikle bulunduğumuz yer ile olmak istediğimiz yer arasında bir fark vardır. Pek çok işlenmiş gıda ve modern tarım teknikleri nedeniyle, besin açısından zengin gıdalar bulmak zor olabilir. Ve önemli yaşam tarzı değişiklikleri, inanılmaz derecede kısıtlayıcı diyetler ve aşırı egzersiz rejimleri ile karşı karşıya kaldığınızda, sağlıklı bir yaşam tarzı yaşamak bunaltıcı, hatta ulaşılamaz gibi gelebilir.

Yoğun hayatlar yaşıyoruz! Yapılacaklar listemiz şimdiden doldu. Yani iş ona geldiğinde, irade gücü yeterli değildir. Sağlık hedeflerimizin önüne çıkan bu kadar çok engel varken, yüksek kaliteli desteğe ihtiyacımız var.

Feel Great Genel Bakış

Feel Great, bulunduğunuz yer ile olmak istediğiniz yer arasındaki uçurumu kapatmak için tasarlanmıştır. Feel Great, sağlıklı bir yaşam tarzını tamamen yapılabilir ve eğlenceli hale getirir. Artık varsayım yok, stres yok ve aşırı yemek isteği yok.

Feel Greatın formülü basittir:

Unimate + Balance + Zamana Dayalı Yeme Modeli

FEEL GREAT, daha uzun süre tok hissetmenize, öğünler arasındaki araları uzatmanıza ve vücudunuza ihtiyaç duyduğu besinleri almanıza yardımcı olacaktır. Yeni bir başlangıç zamanı. Yıllardır hissettiğinizden daha iyi hissetmenin zamanı geldi. Feel Greatın zamanı.



Feel Great Paketinde Neler Var?

Bir aylık Balance kaynağı ve bir aylık Unimate Limon, Unimate Limon Zencefili veya Unimate Narenciye Naneli kaynağı



Nasıl kullanılır

Unimate ile güne başlayın. Balance'ı ilk öğününüzden önce alın ve ardından Balance'ı akşam yemeğinden önce alın. Daha sonra atıştırma yapmayın ve ertesi gün döngüyü yeniden başlatmadan önce en az 12-16 saat bekleyin.



Uyanın, güne başlayın



İlk öğünden önce Balance



Akşam yemeğinden önce Balance

Unimate ve Balance, akşam yemeği ile ertesi günün ilk öğünü arasındaki süreyi uzatmanıza yardımcı olmak için birlikte çalışır. Genellikle aralıklı oruç olarak adlandırılan zamana dayalı yemek yeme, çok sayıda sağlık yararı ile ilişkilendirilmiştir:

- Sağlıklı kan basıncı
- Geliştirilmiş kalp sağlığı
- Geliştirilmiş vücut kompozisyonu

(Daha fazla bilgi için sayfa 8. Aralıklı Oruç ve İnsülin bakın)



Balance Tanıyın

Balance, biyoaktif bitki bileşikleri, polisakkaritler ve mikro besinler içeren patentli bir lif matrisine sahip yemek öncesi bir içecektir. Lif matrisi, sağlıklı sindirimi desteklemeye ve tokluk hissini desteklemeye yardımcı olur. Balance, kilo yönetimini desteklemek için önemli vitaminler, mineraller ve çözünür lif içerir.

Bilim

Balance çözünür lifler içerir. Viskoz, çözünür lifler, suyla karıştırıldıklarında ve sindirim sisteminden geçerken kalın bir jel oluştururlar. Jel benzeri madde, midenizin boşalmasını yavaşlatmaya yardımcı olur, bu da uzun süreli tokluk ile sonuçlanır. Balance, C vitamini ve B12 vitamini dahil olmak üzere dokuz temel vitamin ve mineralin mükemmel bir kaynağıdır. Vitaminler ve mineraller normal sindirimi destekler, yiyeceklerin yakıt dönüşümünü optimize eder ve sağlıklı metabolizmayı destekler.

Balance Nasıl Kullanılır?

En iyi sonuçlar için günde iki kez, en büyük iki öğününüzden 10-15 dakika önce alın. Her paketi 8–10 oz(240–300 mL) su ile karıştırın. Bir çalkalayıcı kaptaki kuvvetlice karıştırın. Hemen için.

Bunu Deneyin!



Hem yüksek kaliteli protein hem de lif elde etmek için Balance'ı en sevdiğiniz protein tozuyla karıştırın (Unicity Vanilla Complete'i öneririz).



Nihai enerji ve ruh hali artışı için Balance'ı Unimate ile karıştırın.



Ekstra bir lezzet patlaması için Balance'ı en sevdiğiniz aromalı su veya düşük kalorili içeceklerle karıştırmayı deneyin.



Unimate'i Tanıyın

Yerba mate geleneksel olarak zihinsel berraklığı, dayanıklılığı, iştah kontrolünü ve daha iyi bir ruh halini desteklemek için kullanılmıştır. Unicity Unimate'teki yerba mate yaprakları benzersiz bir beş aşamalı süreçten geçer: elle toplama, ateşte kavurma, özütleme, konsantre etme ve arındırma. Sonuç olarak Unimate, yerba mate'nin faydalarını yoğunlaştıran ve kaliteli bir fincan kahvede bulunan antioksidan klorojenik asit miktarının 10 katına kadar içeren tescilli bir ekstraktır.

Bilim

Yerba mate, yüzlerce yıldır topluluk ritüellerinde tüketildiği Güney Amerika'ya özgü bir bitkiden gelir. Kafein, klorojenik asitler, mate saponinler ve teobromin dahil olmak üzere bitki bileşiklerinin eşsiz karışımının ruh halini iyileştirdiği, zihinsel netliği artırdığı ve iştahı bastırdığı bilinmektedir.

Unimate Nasıl Kullanılır

Bir paketi 17–24 oz (500–700 mL) su ile karıştırın (tadına göre az ya da çok ekleyin). Günde bir kez veya istediğiniz gibi kullanın. Sıcak veya soğuk su ile içilir.

Bunu Deneyin!



+



Unimate'inizi sıcak olarak hazırlayın ve tarçın çubuğuyla karıştırın.



+



Unimate'inize bir yemek kaşığı hindistancevizi yağı eklemeyi deneyin.



+



Ferahlatıcı bir şeye mi ihtiyacınız var? Unimate Lemon buz ekleyin, yeniden serin ve lezzetli bir enerji sağlar.



+



En sevdiğiniz Unimate aromasını maden suyuyla karıştırmayı deneyin.



+



Daha doyurucu, daha tatlı bir içecek için bir kaşık protein tozu ekleyin (Unicity Vanilla Complete'i öneririz).

Aralıklı Oruç ve İnsülin

İnsülin, glikozu veya şekeri kandan enerji için hücrelere taşımaktan sorumlu olan hormondur. Karbonhidratlı herhangi bir şey yediğimizde veya içtiğimizde kan şekeri seviyeleri yükselir ve insülin salınır. Modern diyetle, çoğu zaman, bu glikoz-insülin tepkisini tetikleyen sürekli bir karbonhidrat kaynağımız var. Vücut sürekli yüksek kan şekeri ve yüksek insülin seviyeleri döngüsünde olduğunda, insüline dirençli hale gelebilir. Zamanla, bu vücudun sistemlerine zarar verebilir.

Sürekli yemek yemeyi bırakırsak, vücudumuza sürekli bir glikoz kaynağına güvenmek yerine doğal bir yağ yakma durumuna geçmesi için ihtiyaç duyduğu zamanı vermiş oluruz.

İnsülin seviyemizi kontrol altında tutmak için öğünlerimiz arasındaki aralığı artırabiliriz. İnsülinimiz ne kadar az yükselirse, karbonhidratlı durum yerine yağ yakıtı durumunda o kadar fazla zaman harcarız.

Basitçe söylemek gerekirse, aralıklı oruç, vücudun sağlıklı insülin seviyelerini korumasına yardımcı olabilecek zamana dayalı yemek yemedir. Aralıklı oruç göz korkutucu gelebilir. Ancak, çoğu insanın inandığı kadar korkutucu değil.

Feel Great program ile günün ilk ve ikinci öğünleri arasında 4 saat, ikinci ve üçüncü öğünleri arasında 4 saat yemek yemek için beklemenizi ve ardından ertesi gün ilk öğününüzü yemeden önce en az 12-16 saat beklemenizi öneririz. Balance ve Unimate, zamana dayalı yemeyi olabildiğince kolay hale getirmeye yardımcı olmak için tasarlanmıştır. Her iki ürün de öğünler arasındaki boşlukları doldurmanıza yardımcı olmak için birlikte çalışır.

Feel Great yöntemiyle aralıklı oruç tutmayı deneyin ve harika hissetmeye hazırlanın!



Feel Great SSS[!]

Balance

Balance'ı günde iki defadan fazla içebilir miyim?

Genel olarak, her bir Unicity ürünü için kullanım önerilerine uymanızı öneririz.

Sindirim sistemimi etkileyecek değişiklikler yaptığımı anlıyorum. Şişkinlik veya herhangi bir rahatsızlık yaşar mıyım?

Lif (Balance) ile tanışmak bazı insanlarda gazı veya şişkinliği artırabilir. Vücudunuz artan günlük lif alımına alışmaya başladığında bu normal bir tepkidir. Etkiler 2-3 hafta sonra azalmalıdır. Çok rahatsızsanız, Balance'ın her yemekten önce aldığınız kısmını 3-7 gün boyunca yarıya indirmenizi öneririz.

Unimate

Unimate'i günde bir defadan fazla alabilir miyim?

Evet. Unimate'deki kafein ve klorojenik asit içeriği olması nedeniyle, Unimate'i uyumadan önce içmenizi önermiyoruz, ancak gün boyunca ek porsiyonlar almanızda bir sakınca yoktur.

Unimate bana sinirlilik ve gerginlik hali verecek mi?

Çoğu kişi, Unimate'in birincil faydalarından bazıları olarak daha yüksek enerji seviyeleri ve daha düşük gerginlik içinde olduğunu bildirmiştir. Lütfen Unimate'in bir fincan kaliteli kahve kadar kafein içerdiğini unutmayın, bu nedenle kafeine karşı hassasiyetiniz varsa lütfen dikkatli olun.

Aralıklı Oruç

Tavsiye edilen 12-16 saatlik orucu günün ilk öğününden önce tamamlamazsam ne olur?

Bu bazen olur. O gün orucun tüm faydalarını deneyimleyemeyecek olsanız da, her şey bitmiş sayılmaz. 16 saatlik hedefe hızla ulaşmak için çabalarken ve oraya ulaşmanıza yardımcı olması için Unimate'i kullanmaya devam ederken, avantajlardan yararlanmaya devam edeceksiniz. İşin püf noktası arka arkaya iki günü kaçırmamak!

Sabahları su ile ilaç içmek orucu bozar mı?

Hayır. Oruçluyken istediğiniz kadar su içebilirsiniz ve ilaçlar kalorisiz etkilidir, yani orucunuz bozulmaz.

Genel Feel Great Sorular

Feel Great ile sonuçları görmem ne kadar sürer?

Sonuçlar değişiklik gösterecektir. Ancak, ürünleri her gün ve düzenli olarak aldığınız sürece ilk 30 gün içinde Feel Great garanti ediyoruz.

Bu ürünler herhangi bir bağımlılık yaratacak mı?

Feel Great ürünleri herhangi bir bağımlılık yaratmaz. Bunları yalnızca kendinizi harika hissetmek istediğiniz sürece almanız gerekir!

Feel Great Bağlantı

Daha fazla bilgi için ufeelgreat.com adresini ziyaret edin.
Feel Great ürünlerini shop.unicity.com adresinden satın alın