

ALIMENTAZIONE INTELLIGENTE

Depurati e riparti



PROGRAMMA DI ALIMENTAZIONE
INTEGRAZIONE E MOVIMENTO

*9 giorni in cui il tuo corpo si depura,
si rigenera e si trasforma per:*

- ***rinforzare il sistema immunitario***
- ***raggiungere il peso forma***
- ***avere più energia***
- ***essere più lucida***
- ***dormire meglio***

✓ ***Sarai seguita gratuitamente
durante tutto il percorso***



per informazioni:

3356718282

alimentazioneintelligente@gmail.com



ALIMENTAZIONE INTELLIGENTE

Depurati e riparti

LA SOLUZIONE
INTELLIGENTE

IL CIBO TI CAMBIA
*permetti al tuo corpo
di prendersi cura di te*

Ti aiutiamo a trovare forme
di nutrimento
e strumenti di trasformazione
personale attraverso il mangiare
consapevole.



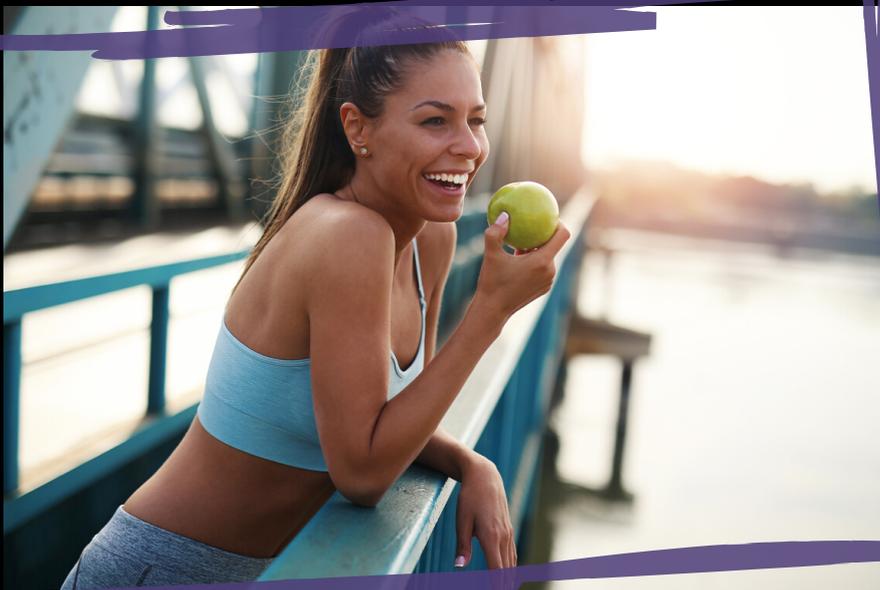
MANGIARE È UNA NECESSITÀ

Mangiare con intelligenza

è una conquista



2 GIORNI DEPURATIVI E DRENANTI
7 GIORNI DI RICOSTRUZIONE



*Una percezione
di sé forte e positiva
è il modo migliore
di prepararsi alla vita*

ALIMENTAZIONE INTELLIGENTE

Depurati e riparti

LA SOLUZIONE
INTELLIGENTE

IL CIBO TI CAMBIA
*permetti al tuo corpo
di prendersi cura di te*

COSA RICEVERAI

- **kit C9** detossinante Forever Living
- eBook **acque aromatizzate**
- eBook **frullati**
- eBook **ricette**
- schede per esercizi yoga
- audio **rilassamento e respirazione**



COSA AVRAI IMPARATO

- a riconoscere che il **cibo ha effetti** sia sul corpo che sui pensieri
- a sentire i tuoi **reali bisogni**
- a seguire una **routine funzionale** giornaliera
- a riscoprire il **piacere del cibo**
- a **idratarti** in modo adeguato
- a **dormire** bene
- a combinare gli alimenti scoprendo che **veloce** può andare d'accordo con **alta qualità**
- a comprendere che **come ti senti** durante la giornata dipende da quello che mangi e che bevi, o che non mangi e non bevi
- ad avere una nuova sensibilità nutrizionale grazie all'ampliamento della **mentalità alimentare**

COSA AVRAI OTTENUTO

un metodo per mettere in condizione:

- il cervello di **ragionare meglio**
- il sistema nervoso di **affrontare gli eventi della vita**
- il cuore di **far circolare al meglio** il sangue e gli stati emotivi
- il sistema mente-corpo di **muoversi agilmente** in ogni situazione
- lo stomaco di **digerire** il cibo e la vita

