

coralclub

# Coral Detox

Návod na použitie

**Coral Detox** — sada na aktiváciu odstraňovania toxínov vodo a tuko-rozpustných z organizmu.

## SADA PODPORUJE:

- ochranu pred oxidačným stresom;
- optimalizáciu trávenia;
- zvýšenie pracovnej aktivity;
- aktívnu dlhovekosť.

## V SADE JE ZAHRNUTÉ:


- Coral-Mine, 3x balenie (10 sáčikov),
- H-500, 1x balenie (60 kapsl.),
- Assimilator, 1x balenie (90 kapsl.),
- Coral Lecithin, 1x balenie (120 kapsl.).

**Coral-Mine** — minerálne zloženie z korálových schránok. Obsahuje soli užitočných makro a mikro prvkov (vápnik, horčík, draslík atď.), ktoré pri interakcii s vodou pozitívne ovplyvňujú jeho fyziologickú plnosť a organoleptické vlastnosti. Voda s Coral-Mine pomáha odstraňovať toxíny rozpustné vo vode a obnovuje samoreguláciu v organizme.

**Assimilator** — tráviaci enzýmový komplex. Podporuje kvalitný rozklad potravín (bielkovín, tukov, uhľohydrátov) a normalizáciu trávenia. Pomáha odstraňovať toxíny rozpustné v tukoch z organizmu a spomaľuje proces ich tvorby.

**Coral Lecithin** — je zdrojom fosfolipidov a podieľa sa na regulácii metabolizmu tukov, vrátane znižovania hladiny «zlého» cholesterolu. Telo potrebuje neustály prísun fosfolipidov, aby obnovilo integritu bunkových membrán, ktoré sú denne poškodzované voľnými radikálmi.

**H-500** — antioxidant s veľkým redukčným potenciálom. Stimuluje produkciu bunkovej energie a uľahčuje znášať zvýšenie fyzického a intelektuálneho stresu.

SPÔSOB POUŽITIA	
 <b>RÁNO</b>	<b>H-500</b> po 1x kapsule počas jedla, <b>Assimilator</b> po 1x kapsule počas jedla, <b>Coral Lecithin</b> po 2x kapsule počas jedla.
 <b>NAPOLUDNIE</b>	<b>H-500</b> po 1x kapsule počas jedla, <b>Assimilator</b> po 1x kapsule počas jedla, <b>Coral Lecithin</b> po 2x kapsule počas jedla.
 <b>VEČER</b>	<b>Assimilator</b> po 1x kapsule počas jedla.

**Coral-Mine:** bez otvorenia vložte 1 sáčok Coral-Mine do 1,5 litra vody s izbovou teplotou. Po 5 minútach je voda pripravená na pitie.

## KONTRAINDIKÁCIE

Individuálna neznášanlivosť na zložky, tehotenstvo, dojčenie. Pred použitím sa poraďte s lekárom.

### ODPORÚČANIA NA STRAVOVANIE:

- jesť rôznorodo, pričom uprednostňujte potraviny bohaté na vitamíny a minerály;
- denne zahŕňajte v potravu čerstvú zeleninu a ovocie;
- pripravujte dusené, varené, zapekané jedlá;
- zahrňte do svojej stravy kyslo-mliečne výrobky;
- obmedzte množstvo rýchlych uhľohydrátov, sladkých nápojov a cukor užívajte s mierou;
- obmedziť príjem solených, údených a sušených potravín;
- obmedzte príjem silného čierneho čaju, kávy a alkoholu;
- nerobte prestávky medzi jedlami dlhšie ako 3 hodiny;
- večerajte najneskôr dve hodiny pred spaním;
- ak je to možné, jedzte jedlo izbovej teploty.

### ODPORÚČANIA PRE PITNÝ REŽIM

- Dostatočné množstvo vody je dôležité pre včasné odstránenie toxínov a normálny priebeh metabolických procesov v organizme, a preto:
- počas prechádzania programu sa odporúča vypiť najmenej 1,5 litra vody denne s minerálnou kompozíciou Coral-Mine;
  - mali by ste piť kvalitnú očistenú vodu;
  - priemerný denný príjem tekutiny pre dospelého je 30—40 ml na 1 kg hmotnosti;
  - je lepšie piť v porciách 200—250 ml pred jedlom a počas jedla je nežiaduce piť.