

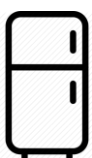
# Merci d'avoir choisi Drink6 !

Gardez votre corps plein d'énergie et de vitalité grâce à des produits sains et délicieux.

Ce guide vous aidera pour le Pack Ultra Slim.

Bienvenu.e.s dans notre Healthy World !

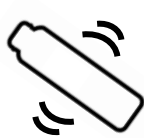
## L'ESSENTIEL À SAVOIR



Conservez vos produits dans le réfrigérateur



Les soupes, les veloutés et les plats, Percez la partie supérieure du plateau et réchauffez au micro-ondes



Agitez les jus avant de les consommer



Nos produits conservent tous leurs éléments nutritifs

Rappelez-vous de consommer produits dans l'ordre et aux heures indiquées.

	07:00 - 09:00h	10:00 - 12:00h	13:00 - 15:00h	16:00 - 18:00h	19:00 - 21:00h	22:00 - 23:00h
Jour 1	Petit déjeuner+ Jus d'orange, de carotte et de mangue + Shot.		Velouté + Plat cuisiné + Power Water		Velouté + Plat cuisiné + Power Water	
Jour 2 ou 6	Jus Orange, Carotte et Mangue	Jus Ananas, pomme et menthe	Jus Avocat et épinards	Jus Mangue , épinards et graines de chia	Jus Citron et Cayenne	Jus Ananas, Fraise et de l'Avoine
Jour 7	Petit déjeuner+ Jus d'orange, de carotte et de mangue + Shot.		Velouté + Plat cuisiné + Power Water		Velouté + Plat cuisiné + Power Water	

Selon la saison et le stock disponible, certains produits peuvent varier.

## RECOMMANDATIONS

### LA VEILLE...

**Éliminez** la viande de votre régime.  
**Essayez** de manger uniquement des fruits et légumes, et buvez beaucoup d'eau.

Essayez de **ne pas consommer** : d'alcool, de tabac, de café...

### LORSQUE VOUS PRENEZ LA CURE

**Il n'est pas nécessaire** de manger plus que ça, les cure vous apportent toutes les calories.

Il est important de boire **beaucoup d'eau**. Si vous le souhaitez, prenez du thé vert ou des infusions.

**Évitez** le café.

### LE LENDEMAIN...

Profitez-en pour laisser tomber les aliments qui ne vous conviennent pas.

**Continuez** à boire des liquides et conservez une alimentation saine.

Continuez à consommer des **fruits et légumes**.

### POUR LES PETITS-DÉJEUNERS

**Granola** : Vous pouvez le consommer seul, avec du lait ou un yaourt.

**Flocons d'avoine** : Vous pouvez les mélanger avec du lait ou un yaourt.

**Quantités** : N'exagérez pas sur la quantité, nous recommandons de ne pas dépasser une demi-tasse de granola ou de flocons d'avoine avec un yaourt.

## MERCI !

Nous ne pourrions pas être leader dans notre domaine **sans l'aide de nos nutritionnistes, médecins, professionnels de l'alimentation et chefs cuisiniers.**

Ensemble nous créons des produits qui **améliorent le quotidien de nos clients** et les remplissent de vitalité.

**MERCI** de nous faire confiance pour avoir une alimentation saine.



Whatsapp: (+34) 607726135

info@drink6.com

