

BIA-Messung

Gesund und kontrolliert abnehmen

Tausende übergewichtige Menschen haben mit **BODYform** erfolgreich ihr Gewicht reduziert, fühlen sich wieder wohl in ihrem Körper und haben ihre volle Leistungsfähigkeit zurückgewonnen.

Mit BIA-Messungen kann die Zusammensetzung des Körpers, d. h. Fett- und Muskelgewebe, Wasserhaushalt und Grundumsatzwerte, exakt bestimmt werden.

BIA-Messungen bestätigen die gesunde Gewichtsreduzierung mit **BODYform**: Überwiegend Fette werden verbrannt, das wertvolle Muskelgewebe wird optimal geschont und in vielen Fällen sogar ausgebaut.

Mit **BODYform** vermeiden Sie den gefürchteten JoJo-Effekt und Sie werden schrittweise in eine Ernährungsumstellung geführt, die auch langfristig Ihr Wunschgewicht sichert.



Der Weg zur idealen Körperstruktur

BODYform, BODYfit, BODYsport und BODYplus

Die Produkte auf Basis der einzigartigen Grundsubstanz **BODYmcs** helfen Ihnen in allen Situationen Ihr Wohlbefinden zu erhalten oder wieder zu erlangen.

Bei erhöhter Beanspruchung, beruflichem oder ausbildungsbedingtem Stress hilft **BODYfit** und sorgt für körperliche Leistungsfähigkeit, psychische Belastbarkeit, geistige Frische, aber auch jugendliche Ausstrahlung – unabhängig vom biologischen Alter.

BODYsport baut auf der Basis natürlicher Wirkungsprinzipien Körperzellmasse auf, reduziert das Körperfett und steigert das Leistungsvolumen, insbesondere von Sportlern.

BODYplus hilft Ihnen auf eine gesunde Art und Weise das Naschbedürfnis »zwischen-durch« zu stillen und vermeidet das Auftreten von Heißhunger-Attacken.



Freundlich überreicht durch:

Info und Bestellung unter:
BODYtrust GmbH
Im Auel 34
D-51766 Engelskirchen

Fon +49 (0) 2263 9025-0
Fax +49 (0) 2263 9025-11
info@bodytrust.net
www.bodytrust.net

BODYtrust
EINFACH GESUND.

BODYform[®]

Einfach gesund...
abnehmen!



BODYform

BODYfit

BODYsport

BODYplus

Wissenswertes

BODYform im Vergleich zu anderen Produkten:
Körperfett reduzieren und aktive Zellmasse aufbauen

Wenn Sie nach einer Methode zum Abnehmen suchen, werden Sie schnell fündig. Das Angebot von Diäten, Schlankheitspräparaten und Abnehmprogrammen ist so reichhaltig wie unüberschaubar.

Aber Vorsicht:

Nicht das schnell reduzierte Körpergewicht ist die Garantie für neues Wohlbefinden, sondern eine optimale Körperzusammensetzung sollte Ihr Ziel sein. Diese ist bestimmt durch einen hohen Anteil aktiver Zellmasse – hier vor allem im Bereich der Muskulatur – und einen relativ geringen Anteil an Fettgewebe sowie durch ein ausgeglichenes Verhältnis im Wasserhaushalt. Durch »falsche« Diäten baut der Körper keineswegs überwiegend Fett ab, sondern verbrennt vor allem wertvolles Muskelgewebe.

Die Folge:

Die Muskelzellen – das Gewebe, in dem die Fettverbrennung erfolgt – wird permanent reduziert. Werden dem Körper wieder »normale« Nahrungsmengen zugeführt, fehlen gerade dann jene Zellstrukturen, die Fette verstoffwechseln können. Die Konsequenz daraus: Neuerliche schnelle Gewichtszunahme – der JoJo-Effekt.

Einzigartige Grundsubstanz

Patentiert biologische Herstellung
durch zweifache Fermentierung

BODYform ist ein in zehnjähriger Forschung entwickeltes neuartiges Nährstoffkonzentrat auf der Basis eines zweifach fermentierten Weizenvollkorn – Erzeugnisses.

In einem enzymatischen Herstellungsverfahren wird **BODYform** der Stärkeanteil fast vollständig entzogen. Dies geschieht unter Zusatz von Vitaminhefen und probiotischen Kulturen.

BODYform enthält alles, was Sie zu einer optimalen Gewichtsreduktion ohne JoJo-Effekt benötigen: Kohlehydrate für die Energiebereitstellung, hochwertiges Protein (Eiweiß), essenzielle Fettsäuren, lebenswichtige Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente sowie spezifische Ballaststoffe.

Die Konsequenz:

Durch den extrem niedrigen glykämischen Index verhilft **BODYform** zu einer ungestörten Fettverbrennung. Gleichzeitig wird der Körper optimal versorgt, so dass die aktive Zellmasse erhalten und ausgebaut wird – der JoJo-Effekt entfällt. Die Wissenschaft spricht hier von einer metabolischen Balance.

BODYform

Einfach gesund abnehmen –
ohne JoJo-Effekt



- ▶ beeinflusst den Stoffwechsel der Zellen äußerst positiv. Verantwortlich dafür sind die durch den natürlichen Fermentationsprozess entstehenden hochwertigen Eiweißgemische
- ▶ reduziert überwiegend Fette
- ▶ schon das aktive, für unsere Gesundheit entscheidend wichtige Körpergewebe
- ▶ hat einen positiven Einfluss auf Erhalt und Aufbau des Muskelgewebes
- ▶ verhindert den JoJo-Effekt durch eine optimale Versorgung des aktiven Körpergewebes mit Makro- und Mikro-Nährstoffen
- ▶ sorgt durch spezifische, überwiegend stärkefreie Ballaststoffe für optimale Bedingungen im Darmtrakt
- ▶ hat einen extrem niedrigen glykämischen Index. Hierdurch ergeben sich äußerst positive Einflüsse auf den Stoffwechsel. Gleichzeitig ermöglicht der niedrige glykämische Index, dass während der Ernährung mit **BODYform** die Fettverbrennung ungehindert weiterlaufen kann!

Die 3-Phasen bis zu Ihrem Wunschgewicht

Phase 1

Initial- und Powerphase

Nehmen Sie mindestens 18 Esslöffel über den Tag verteilt zu sich. Nachdem Sie sich 3 Tage ausschließlich von BODYform ernährt haben, dürfen Sie am vierten Tag essen, was Sie wollen. Halten Sie sich dabei aber an die Ernährungspyramide. Diesen Zyklus (3 Tage BODYform, 1 Wuschtag) behalten Sie bei, bis Sie 50 bis 60 Prozent des gewünschten Abnehmgewichts erreicht haben.

Phase 2

Stabilisierungs-Phase

Nehmen Sie mindestens 12 Esslöffel über den Tag verteilt zu sich. Jetzt dürfen Sie sich eine Mischmahlzeit pro Tag gönnen. Achten Sie auf die Ernährungspyramide und sparen Sie am Fett. Die zweite Phase endet, wenn Sie 70 bis 90 Prozent des Abnehmgewichts erreicht haben. Am besten halten Sie Ihre verlorenen Kilos in einer Gewichts- und Maßtabelle fest.

Phase 3

Ziel-Phase

Nehmen Sie mindestens 8 Esslöffel über den Tag verteilt zu sich. Jetzt dürfen Sie sich 2 Mischmahlzeiten pro Tag gönnen. Achten Sie auch weiterhin auf die Ernährungspyramide. Diese Vorschriften beachten Sie so lange, bis Sie Ihr Wunschgewicht erreicht haben.