

Detoxprogramma 30 dagen

Dag 1 t/m 10	Ochtend	Middag	Avond
Lemon	1 druppel in lauwwarm water drinken op lege maag		
TerraZyme	1 capsule innemen met het water met Lemon	1 capsule bij de lunch	1 capsule bij het avondeten
Lifelong Vitality Pack:			
- Alpha CRS+	2 capsules bij het ontbijt	2 capsules bij de lunch	
- xEO Mega	2 softgels bij het ontbijt	2 softgels bij de lunch	
- Microplex VMz	2 capsules bij het ontbijt	2 capsules bij de lunch	
Zendocrine softgels	1 softgel na het ontbijt		1 softgel na het avondeten
Dag 11 t/m 20	Ochtend	Middag	Avond
Lemon	1 druppel in lauwwarm water drinken op lege maag		
TerraZyme	1 capsule innemen met het water met Lemon	1 capsule bij de lunch	1 capsule bij het avondeten
Lifelong Vitality Pack:			
- Alpha CRS+	2 capsules bij het ontbijt	2 capsules bij de lunch	
- xEO Mega	2 softgels bij het ontbijt	2 softgels bij de lunch	
- Microplex VMz	2 capsules bij het ontbijt	2 capsules bij de lunch	
Zendocrine softgels	1 softgel na het ontbijt		1 softgel na het avondeten
GX Assist	1 softgel vlak voor het ontbijt	1 softgel vlak voor de lunch	1 softgel vlak voor het avondeten
Dag 21 t/m 30	Ochtend	Middag	Avond
Lemon	1 druppel in lauwwarm water drinken op lege maag		
TerraZyme	1 capsule innemen met het water met Lemon	1 capsule bij de lunch	1 capsule bij het avondeten
Lifelong Vitality Pack:			
- Alpha CRS+	2 capsules bij het ontbijt	2 capsules bij de lunch	
- xEO Mega	2 softgels bij het ontbijt	2 softgels bij de lunch	
- Microplex VMz	2 capsules bij het ontbijt	2 capsules bij de lunch	
Zendocrine softgels	1 softgel na het ontbijt		1 softgel na het avondeten
PB Assist			2 capsules voor het slapen gaan

Extra informatie

Drink de hele dag door ook water met 1 druppel Lemon erin (of kies voor Wild Orange, Grapefruit, Bergamot, Lime, Tangerine of Smart & Sassy)
Vermijd zoveel mogelijk suikers, rijst, mais, aardappelen en granen (brood, pasta, pizza, koek, taart, etc.)

Nazorg

Na deze 30 dagen kan je de 1 druppel Lemon in lauwwarm water op de lege maag blijven drinken om je lichaam te ondersteunen bij het verwijderen van afvalstoffen
Dat geldt ook voor het water drinken de hele dag door met een citrusolie of Smart & Sassy
Na deze 30 dagen kan je de GX Assist nog een keer voor 10 dagen gebruiken en daarna de BP Assist nog voor 5 dagen