



kompleksowy nowy
system utrzymania

A B C

piękna i zdrowia
dla pełni sukcesu

A. dieta=

www.slimcontrol.pl
+ORLANDO SLIM DIET

ORLANDO SLIM DIET

B. ruch=

ORLANDO BEST TEST

ORLANDO WALK TEST

C. relax=

ORLANDO FINE TOUR

ORLANDO BEST CARE

=kapsułki SLIMCONTROL
wywołujące uczucie sytości
dieta

1. aby zdrowo żyć trzeba dobrze i zdrowo jeść i pić – temu służy **Dieta Orlando**+spirulina, suszony ananas i żurawina, zupy+**napoje: woda mineralna, kawa zielona, herbata: czarna, zielona i czerwona, zdrowe piwo** www.kunter.pl, **wino Moscatto i Terra Roja.**

test

2. aby sprawdzić wydolność i niedobory trzeba wykonać dwa odpowiednie testy - (wydolności ruchu i składu włosów i śliny).

ruch

3. do tego trzeba zachowywać kondycję przez ruch - **sunshine walk test** t.j. conajmniej **o świcie, w południe, o zmroku: 3x15 minut marszu do wzrostu tętna do 110-130 HR.**

relax

4. kiedy się ludzie już najedzą i napiją to chcą polecieć i wypocząć pod palmami na Florydzie i zwiedzić, Świat Myszki Mickey w Disneyland i Sea World w Orlando i popodziwiać zachody słońca przez 21 dni nad Zatoką Meksykańską.

opieka

5. kiedy się zestarzeją wymagają najlepszej pomocy i pielęgnacji w domu lub w Orlando.