

---

## Il nostro benessere inizia a colazione.

La colazione deve idratare, nutrire in modo completo ed equilibrato e fornire energia.

---

Tutti sanno che la colazione è il pasto più importante della giornata. Dopo ore ed energie impegnate durante la notte per rigenerarsi, il nostro corpo ha bisogno di reidratarsi, di nutrirsi e di nuova energia per affrontare al meglio la giornata.

La COLAZIONE deve fornire un apporto completo ed equilibrato di liquidi, nutrienti ed energia.

LA COLAZIONE IDEALE HERBALIFE È SEMPLICE, PRATICA E VELOCE... in 3 passi:

1. PASSO: IDRATARE con drink "Herbal Aloe"
2. PASSO: NUTRIRE con Shake o barretta "Formula1"
3. PASSO: DARE ENERGIA con The alle erbe "Thermojetics Tea"

La colazione Herbalife è

- SANA, naturale con componenti a base vegetale
- PRATICA, semplicissima da fare
- COMPLETA, fornisce tutti i nutrienti
- EQUILIBRATA, contiene tutto nelle giuste quantità
- LEGGERA, tutti i nutrienti con solo 200 calorie Kcal
- VELOCE, si fa in 2 minuti (\*)
- BUONA, proprio come piace a te! Ben 9 gusti diversi e centinaia di gustosissime ricette
- COSTA POCO, meno di 5.-

(\*) se proprio non hai tempo.... considera la Barretta Pasto "FORMULA 1", tutti i nutrienti sotto forma di pratica barretta da mangiare durante il tragitto o in ufficio.



COLAZIONE IDEALE HERBALIFE:  
SANA, COMPLETA ED EQUILIBRATA



## **COME FUNZIONA LA COLAZIONE IDEALE HERBALIFE**

**SEMPLICE: in 3 semplici passi !**

**1. PASSO: IDRATA.** Quando ti alzi, a digiuno, bevi un bicchiere acqua con aggiunta di 2 tappini di "Herbal Aloe Drink" Concentrato.

- Rifornisce il tuo corpo dei liquidi necessari e favorisce il buon funzionamento dell'apparato gastrointestinale.

**2. PASSO: NUTRE.** Prepara un bel Shake-Frullato-Frappé : 2 cucchiaini grandi colmi di "FORMULA 1" (nel gusto che preferisci) in 2,5 decilitri di acqua fresca oppure latte scremato o di soia.

- Fornisce tutti i nutrienti che il tuo corpo ha bisogno in modo sano, naturale ed equilibrato.
- Un pasto completo, naturale ed equilibrato in un gustosissimo drink.
- Sei certo di aver assunto tutto quanto il tuo corpo ha bisogno, vitamine, minerali, proteine vegetali, fibre, carboidrati e grassi sani con poche calorie ca. 200 Kcal
- Se vuoi puoi aggiungere della frutta fresca nel mixer e sbizzarrirti con una delle centinaia di squisite ricette.

**3. PASSO: DA ENERGIA.** Bevi il tuo infuso a base di erbe "Thermojetics Tea", 1 cucchiaino piccolo in una tazza di acqua calda o fredda.

- Purifica e disintossica
- Contribuisce a bruciare i grassi
- Fornisce energia immediata ideale per iniziare bene la giornata.

---

### **COLAZIONE E PERDITA PESO**

Iniziare la giornata con una colazione COMPLETA ed EQUILIBRATA e con POCHE CALORIE è la base per il tuo BENESSERE e per il CONTROLLO DEL PESO:

- per PERDERE PESO e DIMAGRIRE
- per MANTENERE IL PESO ideale
- per AUMENTARE di MASSA MUSCOLARE.

