

coralclub

Ramadan Pack

Колдонуу боюнча сунуштар

ТОПТОМ ӨБӨЛГӨ ТҮЗӨТ:

- Орозо мезгилинде организмди керектүү азык заттар менен байытууга;
- жүрөк-кан тамыр, нерв, тамак сиңирүү жана иммундук системалардын нормалдуу иштешине;
- зат алмашуу процесстерин жакшыртууга жана энергияны жана активдүүлүктү сактоого өбөлгө түзөт.

ТОПТОМ ТӨМӨНКҮЛӨРДҮ КАМТЫЙТ:

- Корал-Майн, 3 таңгак (30 саше),
- Sunflower Lecithin, 1 таңгак (120 өсүмдүк капсуласы),
- Чайноочу папайя , 1 таңгак (90 чайноочу таблетка),
- Премиум Спирулина, 1 таңгак (200 таблетка)

БАД. Дары дармек болуп саналбайт.

Рамазан айында организмди колдоочу топтом. Жөнөкөй формула азык заттардын тең салмактуулугун сактоо жана тамак сиңирүү тутумунун ишин жакшыртуу үчүн керектүү элементтерди бириктирет.

Корал-Майн — байыркы терең деңиз кораллдарынын минералдык курамы, курамында пайдалуу макро- жана микроэлементтердин (кальций, магний, калий ж.б.) туздары бар. Суу менен реакцияга киргенде, туздардан чыккан минералдар сууга өтүп, анын физиологиялык бүтүндүгүнө жана органолептикалык касиеттерине оң таасирин тийгизет.

Sunflower Lecithin фосфолипиддердин булагы болуп саналат. Күн сайын оксиданттар тарабынан бузулган клетка мембраналарынын бүтүндүгүн калыбына келтирүү үчүн организмге фосфолипиддердин туруктуу агымы керек. Лецитинде холин жана инозитол

бар, алар мээге жана нерв системасына пайдалуу таасир этет. Ошентип, лецитин организмдин бардык органдары жана системалары үчүн маанилүү.

Чайноочу папайя — ананас жана папайядан алынган протеолитикалык ферменттер, куркума экстракты жана B2 витамини организмге белокторду аминокислоталарга ыдыратууга жардам берет, тамактангандан кийин ыңгайсыздыкты жеңилдетет жана тамак сиңирүү тутумун колдойт. Ыңгайлуу жана даамдуу формат — чайноочу таблеткалар.

Премиум Спирулина — өсүмдүк протеинине, витаминдерге (C, E, B тобу), минералдарга (кальций, темир, цинк), антиоксиданттарга жана май кислоталарына бай 100 пайыз таза балыр. Холестеринди азайтууга жардам берет, зат алмашууну жакшыртат, салмакты көзөмөлдөөгө жардам берет, токсиндерди чыгарып, энергия берет.

Колдонуу схемасы	
Биринчи тамактануу	Sunflower Lecithin — 2 капсуладан күнүнө 1 жолу тамак учурунда Премиум Спирулина — 2 таблеткадан күнүнө 1 жолу тамак учурунда Чайноочу папайя — 1 таблеткадан күнүнө 1 жолу тамак учурунда же тамактан кийин
Экинчи тамактануу	Sunflower Lecithin — 2 капсуладан күнүнө 1 жолу тамак учурунда Премиум Спирулина — 2 таблеткадан күнүнө 1 жолу тамак учурунда Чайноочу папайя — 1 таблеткадан күнүнө 1 жолу тамак учурунда же тамактан кийин

Корал-Майн: ачпастан, 1 саше-пакет Корал-Майнды бөлмө температурасындагы 1,5 литр ичүүчү сууга салыңыз. 5 мүнөттөн кийин суу ичүүгө даяр болот.

Эскертүү

30 күндүк курстан кийин калган Чайноочу папайянын 30 таблеткасын дагы 10 күн, 1 таблеткадан күнүнө 3 маал тамак менен ичүү керек.
30 күндүк курстан кийин калган Премиум Спирулинанын 80 таблеткасын дагы 5 күн, эртең менен жана кечинде 2 таблеткадан ичүү керек.

КАРСЫ КӨРСӨТМӨЛӨР

Компоненттерге жеке чыдамсыздык, кош бойлуулук, эмчек эмизүү.
Колдонуудан мурун врач менен кеңешүү керек.



**ТАМАКТАНУУ БОЮНЧА
СУНУШТАР:**

- тамакты ашыкча жебеңиз;
- өсүмдүк тектүү азыктарга артыкчылык берип, ар түрдүү тамактарды жегиле;
- күнүмдүк рационуңузга жаңы жашылчаларды жана мөмөлөрдү киргизиңиз;
- белоктуу тамактардан балык, майсыз эт, буурчак, канаттуулардын этин тандаңыз;
- кычкыл сүт азыктарын тандаңыз;
- таттуулардын жана канттуу суусундуктардын санын чектөө, кантты ченеми менен колдонуу керек;
- туздалган, ышталган тамактарды колдонууну чектөө керек;
- кара чай, кофе жана алкогольдук ичимдиктерди колдонууну чектеңиз;
- тамакты бууга бышырып, бышырып, кайнатыңыз;
- кечки тамакты уктаардан эки саат мурун ичип алыңыз;
- мүмкүн болсо, тамакты бөлмө температурасында жеңиз.

**ИЧҮҮ РЕЖИМИ БОЮНЧА
СУНУШТАР**

- Суунун жетиштүү көлөмү азык заттардын туура сиңиши жана организмдеги зат алмашуу процесстеринин жүрүшү үчүн маанилүү, ошондуктан:
- бул программаны өтүү учурунда күнүнө 1,5 литрден кем эмес суу ичип туруу сунушталат;
 - сапаттуу тазаланган суу ичүү керек;
 - чоңдор үчүн суюктуктун орточо суткалык нормасы 1 кг салмакка 30—40 мл;
 - тамактын алдында жана тамактын ортосунда 200—250 мл бөлүктөрдө ичкен жакшы, тамакты суу менен ичүүнүн кажети жок.