

Il programma FIT Forever combina alimentazione guidata, integratori alimentari ed un programma di esercizi fisici per raggiungere la forma fisica ideale per voi tramite dimagrimento e tonificazione del vostro corpo

Inizio 2015 la Forever ha lanciato il F.I.T. che era una combinazione del programma detossinante per nuove giorni (C9), FIT 1: 30 giorni per dimagrire e FIT 2: 30 giorni per stabilizzare il peso e tonificare ulteriormente. Il diario di questo programma, quando l'ho fatto io, troverete su

www.FITin69giorni.it

Ora il programma è stato sviluppato ulteriormente: con 3 livelli che si basano sul fatto di poter incontrare il cliente dove sta, al suo livello di forma fisica, per accompagnarla ad un livello successivo.

Vuol dire: si comincia sempre con 9 giorni di detossinazione. Poi il cliente sceglie il programma successivo: F15 principiante per chi normalmente non fa attività fisica, F15 intermedio per chi già sport ma non è contento con i risultati e F15 avanzati per atleti oppure persone estremamente attivi/ sportivi.

Tutti questi TRE livelli sono in 2 passi:

F15 principiante 1 per 15 giorni, F15 principiante 2 per 15 giorni.

F15 intermedio 1 per 15 giorni, F15 intermedio 2 per 15 giorni.

F15 avanzato 1 per 15 giorni, F15 avanzato 2 per 15 giorni.

Il programma può allora sempre essere eseguito in 69 giorni come prima, p.es: C9 per 9 giorni, F15 intermedio 1, F15 intermedio 2, F15 avanzato 1, F15 avanzato2.

Però può durare anche più o meno tempo, dipendente dalla quantità di peso che volete perdere oppure quanto avete da tonificarvi.

Per vegetariani e vegani sono ora aggiunto anche le informazioni su come nutrirsi mentre fate il F.I.T. programma

Vi inserisco qui tutti e 4 libretti d'istruzione, così avete tutte le informazioni necessari per combinare il programma per voi. Non vi preoccupate per gli esercizi di ginnastica: ci sono i video che potete vedere mentre fate l'attività fisica del giorno.



Basta cliccare sulle foto e si aprono i libretti

Maggiori informazioni:

Martina Hahn, naturopata e incaricata alle vendite Forever

www.FITin69giorni.it

shop: www.aloeveraonline.it