

NUMÉRO 15 - MAI/JUIN 2014

Forme & Bien-Être



Vos meilleurs ALLIÉS
MINCEUR pour des
RÉSULTATS AU TOP !

Neuf
ALIMENTS
bons
pour la
SANTÉ !

PAGE 4 **DOSSIER MINCEUR** Objectif ligne et forme : les suppléments 100% naturels qui vont vous aider à mincir efficacement, sans stress ni fatigue !

PAGE 10 **ZOOM SUR...** Neuf aliments bons pour la santé qui peuvent être intégrés facilement à votre régime alimentaire.

PAGE 12 **SANTÉ NEWS** Focus sur les vertus du citron, du céleri et des étiements.

Crédits photo page 1 - Modèles : Samantha Kozuch et Parker Cote - Photographe : Alex Ardent

LES COFFRETS EXPRESS/PROGRESSIF/STABILISATION, LE PLAN MINCEUR

MON PROGRAMME PROTÉINÉ MINCEUR EXPRESS (durée : 14 jours)

Ce coffret a été conçu pour vous permettre de suivre la phase 1 (Active) de «Mon Programme Protéiné Minceur» pendant 14 jours et ainsi accompagner votre démarche d'amincissement en favorisant une perte de poids rapide. Il comprend l'ensemble des sachets hyperprotéinés et sticks brûle-graisse dont vous allez avoir besoin pendant ces deux semaines. Pour un maximum de simplicité et d'efficacité, il est également livré avec un feuillet explicatif intégrant notamment un exemple de répartition et d'utilisation sur 14 jours. Vous disposez ainsi d'un modèle à suivre au jour le jour et parfaitement modulable au gré de vos envies. Avec «Mon Programme Protéiné Minceur Express», vous allez prendre plaisir à retrouver ligne et forme !

COMPOSITION DU COFFRET :

14 sachets de «Ma Boisson Protéinée Minceur» (5 saveur Chocolat Gourmand + 5 saveur Chocolat au Lait + 4 saveur Cappuccino) / **7 sachets de «Mon Velouté Protéiné Minceur»** (2 saveur Légumes + 2 saveur Asperges + 1 saveur Poulet-Curry + 1 saveur Champignons + 1 saveur Marocaine) / **14 sachets de «Mon Entremets Protéiné Minceur»** (2 saveur Chocolat Façon Poire Belle-Hélène + 2 saveur Cacao + 2 Saveur Café Façon Tiramisu + 2 saveur Vanille + 2 saveur Caramel Fondant + 2 saveur Yaourt Stracciatella + 2 saveur Yaourt aux Fruits Rouges) / **7 sachets de «Mon Omelette Protéinée Minceur»** (3 Saveur Champignons + 2 Saveur Méditerranéenne + 2 Saveur Fines Herbes) / **28 sticks de «Ma Boisson Brûle-Graisse»** Saveur Orange / **1 shaker**



Version sans omelette disponible sur www.phytostatine.com

42 SACHETS HYPERPROTÉINÉS + 28 STICKS BRÛLE-GRAISSE + 1 SHAKER 78,00€

MON PROGRAMME PROTÉINÉ MINCEUR PROGRESSIF (durée : 10 jours)

Le coffret «Mon Programme Protéiné Minceur Progressif» a été conçu pour vous permettre de suivre la phase 2 (Progressive) de notre Programme Protéiné Minceur pendant 10 jours et ainsi accompagner votre démarche d'amincissement en soutenant la perte de poids. Il comprend l'ensemble des sachets hyperprotéinés, sticks brûle-graisse et sticks drainants dont vous allez avoir besoin pendant ces dix jours.

Pour un maximum de simplicité et d'efficacité, il est également livré avec un feuillet explicatif intégrant notamment un exemple de répartition et d'utilisation sur 10 jours. Vous disposez ainsi d'un modèle à suivre au jour le jour et parfaitement modulable au gré de vos envies. Avec «Mon Programme Protéiné Minceur Progressif», vous allez prendre plaisir à mincir et à retrouver la forme !

COMPOSITION DU COFFRET :

5 sachets de «Mon Omelette Protéinée Minceur» (2 Saveur Méditerranéenne + 2 Saveur Champignons + 1 Saveur Fines Herbes) / **5 sachets de «Mon Velouté Protéiné Minceur»** (1 Saveur Légumes + 1 Saveur Asperges + 1 Saveur Champignons + 1 Saveur Poulet-Curry + 1 Saveur Marocaine) / **10 sachets de «Mon Entremets Protéiné Minceur»** (2 Saveur Caramel Fondant + 2 Saveur Café Façon Tiramisu + 2 Saveur Cacao + 1 Saveur Chocolat Façon Poire Belle-Hélène + 1 Saveur Vanille + 1 Saveur Yaourt Stracciatella + 1 Saveur Yaourt aux Fruits Rouges) / **20 sticks de «Ma Boisson Brûle-Graisse»** Saveur Orange / **20 sticks de «Ma Boisson Drainante»** Saveur Thé à la Pêche / **1 shaker**



Version sans omelette disponible sur www.phytostatine.com

20 SACHETS HYPERPROTÉINÉS + 20 STICKS BRÛLE-GRAISSE + 20 STICKS DRAINANTS + 1 SHAKER 64,00€

MON PROGRAMME PROTÉINÉ MINCEUR DE STABILISATION (durée : 28 jours)

Le coffret «Mon Programme Protéiné Minceur de Stabilisation» a été conçu pour vous permettre de suivre la phase 3 (Stabilisation) de «Mon Programme Protéiné Minceur» pendant 28 jours et ainsi contribuer à stabiliser votre poids et à rester en forme sur le long terme. Il comprend l'ensemble des sachets hyperprotéinés et barres riches en protéines dont vous allez avoir besoin pendant ces quatre semaines.

Pour un maximum de simplicité et d'efficacité, il est également livré avec un feuillet explicatif reprenant l'ensemble des informations nécessaires à l'optimisation de votre démarche, dont un exemple de répartition et d'utilisation sur 28 jours. Vous disposez ainsi d'un modèle à suivre au jour le jour et parfaitement modulable au gré de vos envies. Avec «Mon Programme Protéiné Minceur de Stabilisation» va vous aider à respecter les principes d'une alimentation équilibrée et à ne pas reprendre les kilos perdus. C'est le partenaire idéal de votre nouvelle silhouette !

COMPOSITION DU COFFRET :

14 barres «Ma Barre Protéinée Minceur» (4 Crousti-Barre Chocolat + 4 Crousti-Barre Noix de Coco + 3 Crousti-Barre Fruits Rouges et Chocolat Blanc + 3 Barres Chocolat au Lait, Caramel et CacaHoué) / **7 sachets de «Mon Entremets Protéiné Minceur»** (1 saveur Chocolat Façon Poire Belle-Hélène + 1 saveur Caramel Fondant + 1 saveur Cacao + 1 saveur Café Façon Tiramisu + 1 Saveur Yaourt Stracciatella + 1 saveur Vanille + 1 saveur Yaourt aux Fruits Rouges) / **7 sachets de «Ma Boisson Protéinée Minceur»** (3 Saveur Méditerranéenne + 2 Saveur Champignons + 2 Saveur Fines Herbes) / **7 sachets de «Mon Velouté Protéiné Minceur»** (2 saveur Légumes + 2 saveur Asperges + 1 saveur Champignons + 1 saveur Poulet-Curry + 1 saveur Marocaine) / **1 shaker**



Version sans omelette disponible sur www.phytostatine.com

28 SACHETS HYPERPROTÉINÉS + 14 BARRES RICHES EN PROTÉINE + 1 SHAKER 61,00€

PLAN MINCEUR :

(1 Adixine 110 gélules ou 1 DexaStatine 110 gélules) + 1 GlucoStatine 110 gélules + 1 Biofixanol 110 gélules

Le Plan Minceur, composé de trois formulations, va vous aider à perdre du poids rapidement, sans avoir à vous plier à un régime drastique. Il s'adresse en priorité à tous ceux qui veulent mincir, retrouver forme et vitalité, mais ne peuvent pas ou ne veulent pas suivre un plan nutritionnel très strict.

PLAN MINCEUR AVEC ADIXINE 82,30€

PLAN MINCEUR AVEC DEXASTATINE 82,30€



Phytostatine.

Ma Cure Minceur Express

Envie de prendre soin de votre ligne, d'affiner votre silhouette ? Pour vous aider à atteindre votre objectif, «Ma Cure Minceur Express» associe 4 formulations complémentaires offrant une action ciblée et complète :

- Rétablissement et maintien d'un bon équilibre alimentaire grâce à **NUTRISTATINE**, préparation nutritionnelle riche en protéine
- Déstockage des graisses avec **DEXASTATIME** (avec caféine) ou **ADIXINE** (sans stimulant) qui active les principaux mécanismes de l'amaigrissement
- Drainage des excès d'eau et détoxification de l'organisme grâce à **DÉTOXSTATIME**
- Elimination des graisses localisées avec **CELLULIGEL 3X** (ventre, hanches et jambes) et diminution de l'effet peau d'orange, pour un affinement visible de la silhouette

«Ma Cure Minceur Express», programme minceur complet, est le partenaire idéal pour accompagner votre perte de poids et vous aider à concrétiser rapidement votre objectif !

Pour encore plus de plaisir, nous vous la proposons actuellement pour une durée limitée en

OFFRE SPÉCIALE* À PRIX SUPER LÉGER :

pour tout achat d'un Nutristatine +
un Détoxstatime + un Celluligel 3x,
recevez un **DEXASTATIME** ou **ADIXINE GRATUIT**
ainsi qu'un **SHAKER EN CADEAU !**

* Offre valable du 1er mai au 30 juin 2014,
dans la limite des stocks disponibles.

6 SAVEURS
DISPONIBLES!



offert



ou



offert

(Ma Cure Minceur Express est disponible au prix de 72,40 € : voir bon de commande en page 14)

OBJECTIF LIGNE ET FORME : VOS MEILLEURS ALLIÉS POUR DES RÉSULTATS AU TOP !

En terme de minceur, il y a certaines périodes propices à la motivation : l'arrivée des beaux jours et de la période estivale en est une ! Ainsi, à l'heure de ressortir vos tenues plus légères, vous voudriez vous débarrasser des quelques kilos superflus que vous avez accumulés ces derniers mois... Que diriez-vous donc de passer sérieusement à l'action pour retrouver ligne, tonus et légèreté ?

Mais pour y parvenir, vous ne souhaitez pas vous soumettre à l'un de ces multiples régimes «miracle» qui vous laissent sans énergie et ne marchent pas de toute façon. Cela tombe bien puisqu'il ne s'agit pas non plus de notre but ! Nous allons vous présenter les suppléments 100 % naturels qui vont vous aider à mincir efficacement, sans stress ni fatigue. Vous pourrez ainsi porter votre plus joli maillot de bain sans aucun complexe sur la plage cet été !

1) CIBLER EFFICACEMENT LES GRAISSES

Ce sont naturellement les brûleurs qui vont favoriser la sollicitation des tissus adipeux tout en aidant à accroître le nombre de calories brûlées, pour un amincissement optimisé. Vous avez notamment le choix entre Dexastatime, Adixine, Mon Programme Brûle-Graisse, Cellulifizz et Ma Boisson Brûle-Graisse.

Dexastatime assure une quadruple action particulièrement efficace : thermogénique, lipolytique, drainante et énergisante. Une attention particulière a naturellement été portée à la sélection des différents actifs, de manière à assurer un effet synergique (c'est-à-dire que leurs effets se complètent idéalement), pour des résultats maximums. Vous profitez tout d'abord d'une accentuation de la thermogénèse

(plus de calories brûlées) et de la lipolyse (sollicitation des tissus adipeux). Dexastatime facilite également l'élimination des excès de fluides accumulés entre la peau et les tissus (drainage), pour une silhouette ferme et tonique. Les actifs sélectionnés vous font en outre bénéficier d'un surplus d'énergie, de tonus et de vitalité : vous n'éprouvez ainsi aucune sensation de fatigue ou de faiblesse. Enfin, Dexastatime contribue à limiter la sensation de faim et les envies alimentaires, ce qui est particulièrement avantageux lors d'une démarche d'amincissement. Quelle que soit votre condition physique de départ, Dexastatime vous aide à mincir rapidement. Et lorsque vous constatez les premiers progrès dans votre miroir, cela vous remonte sacrément le moral !



Si vous êtes particulièrement sensible à l'effet des composés thermogènes classiques comme ceux que l'on retrouve dans Dexastatime (en tant que stimulants, ils peuvent provoquer nervosité, difficultés à s'endormir, voire parfois palpitations chez certain(e)s), **Adixine** est le brûleur qu'il vous faut. Ce supplément offre effectivement toute l'efficacité des meilleures formulations de lutte anti-graisse, mais absolument sans stimulants ! L'action contre les tissus adipeux est complète : limitation de l'assimilation d'une partie des lipides alimentaires (ainsi, le risque de stockage devient inexistant), activation de la dégradation des réserves pré-existantes pour fabriquer de l'énergie, stimulation du métabolisme (élévation sensible des dépenses caloriques de l'organisme). A cela vient s'ajouter un effet drainant se traduisant par une réduction sensible des excès d'eau (gommage de l'aspect «gonflé» inesthétique). Enfin, votre tonicité est renforcée, ce qui contribue à votre forme et votre bonne humeur ! Vous êtes plus légère physiquement et moralement. Formulation parfaitement naturelle, Adixine vous permet d'obtenir les résultats que vous attendez. L'amélioration est non seulement rapide, mais également particulièrement sensible.

Associant deux formules totalement naturelles et parfaitement complémentaires ciblant l'ensemble de tissus adipeux aussi bien la journée que la nuit, **Mon Programme Brûle-Graisse** constitue pour sa part l'une des formulations les plus complètes de sa catégorie. La formule «Action Jour» aide à accélérer le métabolisme (augmentation du nombre de calories brûlées) et à stimuler la lipolyse (solicitation prioritaire



des réserves de graisse pour la production d'énergie) la journée, tout en participant à l'optimisation du drainage des tissus. De plus, elle contribue à réduire la sensation de faim, ce qui aide à éviter les «dérapages». La formule «Action Nuit» agit quant à elle sur les réserves adipeuses en fin de journée et la nuit durant, tout en favorisant le contrôle de l'appétit. Ne contenant aucun stimulant, elle vous assure une qualité de sommeil optimale. Mon Programme Brûle-Graisse présente en outre l'avantage d'inclure un manuel d'utilisation reprenant de nombreux conseils en matière de nutrition et d'exercice. L'ensemble vous aide ainsi à enregistrer une progression rapide : les kilos superflus disparaissent et vous sentez bien dans votre corps.

Contrairement à Dextastatine, Adixine et Mon Programme Brûle-Graisse, disponibles sous forme de gélules, **Cellulifizz** se présente pour sa part sous forme de poudre effervescente. Grâce au procédé effervescent spécifique, l'assimilation des actifs et extraits végétaux est accélérée et optimisée. Cellulifizz contribue à augmenter considérablement le nombre de calories brûlées chaque jour, déstocker les graisses existantes et drainer naturellement l'organisme. La formule aide également à freiner l'absorption des lipides et des glucides tout en réduisant la sensation de faim. L'ensemble participe ainsi à l'optimisation de votre perte de poids et à la concrétisation de votre objectif minceur. Cellulifizz vous offre en outre l'effet protecteur et bénéfique des anti-oxydants. Grâce à Cellulifizz, votre silhouette s'affine, vous retrouvez la forme.

Ma Boisson Brûle-Graisse va quant à elle vous permettre de reconstituer une boisson à la saveur agréablement d'orange. Elle contribue à dépenser davantage de calories, éliminer les graisses stockées et drainer l'organisme tout en aidant à freiner l'absorption des lipides et des glucides alimentaires. Ma Boisson Brûle-Graisse constitue un allié rafraîchissant aux vertus amincissantes et tonifiantes, pour une démarche minceur réussie.

2) DRAINER L'ORGANISME

Les draineurs sont pour leur part conçus pour aider à tonifier la silhouette. Généralement à base de plantes, ils aident à stimuler l'élimination des excès d'eau tout en contribuant à nettoyer et détoxifier le corps.

Formulation hyper concentrée, **Détoxstatime** repose ainsi sur une association d'extraits végétaux rigoureusement sélectionnés qui agissent en parfaite synergie, pour un maximum d'efficacité. Tout d'abord, les excès d'eau sont visiblement drainés : l'aspect «gonflé» s'estompe et vous retrouvez toute votre tonicité. Vous bénéficiez également d'un effet détoxifiant : les toxines et les déchets qui s'accumulent dans notre organisme et fatiguent notre corps sont éliminés, ce qui aide à retrouver le bien-être intérieur. En participant en parallèle à l'augmentation de la dépense énergétique (c'est-à-dire du nombre de calories brûlées), Détoxstatime assure en outre une action brûle-graisse qui contribue à l'affinement de votre silhouette. Formule à diluer offrant une saveur agréable de thé à la pêche, Détoxstatime vous aide ainsi à mincir encore plus efficacement tout en purifiant votre organisme. Vous retrouvez le plaisir d'un corps svelte et tonique.



Ma Boisson Drainante, à reconstituer sous forme de boisson aromatisée thé à la pêche constitue un autre complément idéal pour un drainage optimisé.

3) BLOQUEZ L'ABSORPTION DES GRAISSES ET DES SUCRES

On commence souvent à se préoccuper de la lutte contre la graisse une fois que cette dernière s'est déposée et que les rondeurs disgracieuses apparaissent. Pourtant, nous savons tous qu'il est beaucoup plus difficile d'éliminer les tissus adipeux installés que de les empêcher de se former. La minceur débute donc par la prévention ! Pour cela, il faut évidemment commencer par adopter un plan de nutrition adapté. Afin de vous aider dans ce domaine, il existe deux principaux agents

«bloqueurs» capables de soutenir vos efforts : le chitosan et le Phaséolus Vulgaris. Le chitosan, principe actif de **Biofixanol**, est une fibre extraite de coquillages et de crustacés, qui se fixe aux graisses consommées au travers de l'alimentation et empêche leur assimilation. Autrement dit, une partie des lipides que vous absorbez est automatiquement éliminée par





les voies naturelles, sans qu'il y ait le moindre risque qu'elle se retrouve stockée sous forme de tissus adipeux. Le Phaséolus Vulgaris, présent dans **GlucoStatine**, joue un rôle comparable pour les glucides, en permettant la suppression directe d'une partie des sucres absorbés. L'emploi de ces deux formulations vous permet de contrôler un peu moins strictement votre nutrition, et de continuer à manger vos plats favoris (en sachant toutefois rester raisonnable).

4) RETROUVER ET MAINTENIR UN BON EQUILIBRE ALIMENTAIRE

NutriStatine est idéal pour restructurer très facilement votre schéma alimentaire et vous aider à répartir équitablement l'apport calorique journalier. Cette préparation nutritionnelle hypocalorique fournit l'ensemble des nutriments dont votre corps a besoin afin de mincir rapidement tout en gardant la forme : protéine de soja (elle procure les acides aminés



indispensables au bon fonctionnement de notre organisme), glucides complexes (ils favorisent une libération prolongée de l'énergie), bons lipides (acides gras essentiels), vitamines et minéraux.

La protéine de soja qui a été retenue présente une qualité excellente.

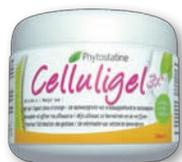
Il s'agit sans conteste de la meilleure source protidique pour favoriser la minceur et améliorer la forme. Protéine complète (c'est-à-dire qui apporte l'ensemble des acides aminés essentiels), sans lactose ni cholestérol et très digeste, le soja est effectivement particulièrement efficace pour aider à lutter contre les kilos en trop, puisque sa consommation se traduit par une accélération sensible, pendant plusieurs heures, du rythme auquel notre corps brûle les calories. Autre avantage : avec la protéine de soja, vous êtes très vite calé, et ce de manière durable. La sensation de satiété est favorisée, vous êtes moins tenté de grignoter. Le soja intervient également au niveau de la préservation des tissus maigres, un aspect essentiel, puisque c'est précisément dans les fibres musculaires que les acides gras sont brûlés. NutriStatine s'impose comme un partenaire forme

et minceur de qualité. Qui plus est, elle se prépare en un tour de main : il suffit de verser, dans un shaker, une dose (22 g ou 44 g selon qu'il s'agit de la collation NutriStatine ou du remplacement de repas NutriStatine) dans du lait de soja ou de vache et d'agiter le tout pour obtenir une boisson tout à fait onctueuse. Autre atout : la formule se décline en 6 arômes délicieux (chocolat, chocolat-noisette, vanille, nougat-caramel-vanille, vanille-fraise, velouté aux 5 légumes saveur poulet), qui vous permettent de varier les plaisirs.

Les formulations hyperprotéinées telles que **Mon Entremets Protéiné Minceur**, **Mon Velouté Protéiné Minceur**, **Mon Omelette Protéinée Minceur** et **Ma Boisson Protéinée Minceur** sont également idéales pour aider à conserver un bon équilibre alimentaire à long terme. Employées ponctuellement en remplacements de repas (accompagnées d'une assiette de légumes et/ou de crudités) ou en guise de collation, elles permettent effectivement de respecter une nutrition équilibrée et structurée. Bien évidemment, ces formulations s'intègrent aussi parfaitement dans le cadre d'une diète protéinée, une méthode reconnue comme particulièrement efficace pour perdre du poids tout en améliorant sa condition physique.

5) AGIR LOCALEMENT

Pour une action complémentaire plus localisée, les gels minceur constituent de précieux alliés. Associant les vertus lipolytiques de la caféine aux propriétés de plusieurs extraits végétaux de qualité soigneusement sélectionnés (thé vert, marron d'inde, vigne rouge, prêle, ginseng blanc, carthame), **Celluligel 3x** offre à ce titre une triple action : élimination des graisses au niveau du ventre, des hanches et des jambes ; diminution de l'effet peau d'orange ; raffermissement des tissus cutanés. Gel frais, agréable à utiliser et facile à appliquer, Celluligel 3x contribue à affiner la silhouette et à remodeler les contours, pour des courbes parfaites.



Il ne vous reste désormais plus qu'à choisir le(s) supplément(s) le(s) mieux adapté(s) à votre cas en fonction de votre objectif précis. A cet égard, il est naturellement possible d'associer plusieurs de ces compléments nutritionnels entre eux.

N'oubliez pas non plus que le respect d'une alimentation équilibrée est un facteur essentiel pour mincir efficacement. Et sachez que votre progression sera d'autant plus sensible que vous pratiquerez un minimum d'activité physique. En respectant ces principes très simples, vous allez voir qu'en fin de compte, il n'est pas difficile de mincir !

Ligne, Forme et Plaisir !

 Phytostatine.
www.phytostatine.com

Dexastatime®

Minceur Active & Tonus

Associant une sélection d'extraits végétaux et d'actifs de qualité, Dexastatime assure une quadruple action hautement efficace. D'une part, les agents sélectionnés participent à l'augmentation des dépenses caloriques de l'organisme (vous brûlez plus de calories que d'ordinaire). D'autre part, ils favorisent la sollicitation des réserves graisseuses existantes pour la production d'énergie dont l'organisme a besoin. La fonte adipeuse se trouve alors nettement accentuée, ce qui contribue à activer la perte de poids. Vous bénéficiez également d'un drainage optimum des tissus : les fluides en excès sont éliminés, vous retrouvez une silhouette ferme et tonique. Dexastatime offre en outre un effet dynamisant complémentaire pour encore plus de vitalité. Au final, Dexastatime vous aide à progresser rapidement en terme d'amincissement et à remodeler durablement votre corps !



Retrouvez-nous sur
www.phytostatine.com

OBJECTIF : ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE, AMINCISSEMENT, LIGNE ET FORME



7 SACHETS DE 25 G,
12,20€ 9,90€

"MON ENTREMETS PROTÉINÉ MINCEUR" : le plaisir des saveurs sucrées sans culpabilité !

"Mon Entremets Protéiné Minceur" est une délicieuse préparation nutritionnelle instantanée parfaite pour prendre soin de votre ligne et de votre forme en toute facilité. Riche en protéine, il occupe un rôle nutritif essentiel et contribue à l'effet de satiété, écartant ainsi les envies de grignotage. Appauvri en glucides, lipides et calories, il vous aide à contrôler votre apport calorique. Il peut être consommé en guise d'en-cas ou en remplacement de repas.

Offrant des textures fondantes et crémeuses, "Mon Entremets Protéiné Minceur" apporte une note gourmande à votre plan de nutrition sans risques d'excès, que ce soit dans le cadre d'un objectif minceur ou au quotidien.



Saveur Yaourt Fruits Rouges Saveur Vanille Saveur Chocolat Façon Poire Belle-Hélène
Saveur Cacao Saveur Café façon Tiramisu Saveur Caramel fondant Saveur Yaourt Stracciatella



"MON VELOUTÉ PROTÉINÉ MINCEUR" : de délicieux veloutés pour une ligne parfaite !

"Mon Velouté Protéiné Minceur" est idéal pour vous aider à atteindre votre objectif minceur. Prête en un tour de main, cette préparation nutritionnelle instantanée délicieuse et savoureuse peut être utilisée comme collation ou en remplacement de repas. Riche en protéine, elle favorise l'effet de satiété, ce qui contribue à contrôler la sensation de faim, et participe à la préservation du tonus musculaire.

Appauvri en glucides et en lipides, "Mon Velouté Protéiné Minceur" participe au contrôle de l'apport calorique. Il assure également naturellement un apport de minéraux et intègre onze vitamines essentielles.



Saveur Marocaine Saveur Légumes



Saveur Poulet Curry Saveur Asperges Saveur Champignons

7 SACHETS DE 25 G, 12,20€ 9,90€



"MON OMELETTE PROTÉINÉE MINCEUR" : trois saveurs délicieuses pour prendre soin de votre ligne !

«Mon Omelette Protéinée Minceur», préparation nutritionnelle instantanée hyperprotidique, occupe un rôle nutritif essentiel et constitue un mets tout à fait savoureux idéal pour vous aider à prendre soin de votre ligne en toute facilité. Appauvrie en lipides, elle participe au contrôle de l'apport calorique ainsi qu'au maintien d'un bon équilibre alimentaire et contribue efficacement à l'effet de satiété, écartant ainsi les envies de grignotage.



Saveur Fines Herbes Saveur Champignons Saveur Méditerranéenne

7 SACHETS DE 25 G, 12,20€ 9,90€



"MA BOISSON PROTÉINÉE MINCEUR" : le plaisir d'une délicieuse boisson sans complexe !

"Ma Boisson Protéinée Minceur" est une préparation nutritionnelle instantanée au bon goût de chocolat ou de cappuccino qui peut être employée comme collation ou en remplacement de repas. Riche en protéine, elle occupe un rôle nutritif essentiel et contribue à rassasier les envies de grignotage. Appauvrie en glucides et en lipides, elle favorise le contrôle de l'apport calorique et le maintien d'un bon équilibre alimentaire.

Grâce à "Ma Boisson Protéinée Minceur", vous allez pouvoir vous offrir une pause minceur gourmande sans aucun complexe.



Saveur Cappuccino Saveur Chocolat au lait Saveur Chocolat Gourmand

7 SACHETS DE 25 G, 12,20€ 9,90€

INGRÉDIENTS

MON ENTREMETS PROTÉINÉ MINCEUR (Saveur Cacao) : Protéines de lait (émulsifiant : lécithine de tournesol), cacao maigre en poudre (13,7%), arômes, amidon transformé, lait écrémé en poudre, anti-agglomérants : carbonate de potassium et de magnésium et dioxyde de silicium, colorant : caramel E150c, épaississants : gommes guar et xanthane, sel, vitamines (C, B3, E, B5, B6, B2, B1, A, B9, B8, B12), édulcorants : aspartame et acésulfame-K, maltodextrine.

MON VELOUTÉ PROTÉINÉ MINCEUR (Saveur Légumes) : Protéines de lait (émulsifiant : lécithine), protéines de soja, arômes, légumes déshydratés (oignon, poireau, chou vert, céleri) (5,2%), sel, épaississant : gomme guar, maltodextrine, aromates (ail, persil), vitamines (C, B3, E, B5, B6, B2, B1, A, B9, B8, B12), anti-agglomérant : carbonate de magnésium, colorant : curcumine.

MON OMELETTE PROTÉINÉE MINCEUR (Saveur Fines Herbes) : Blanc et jaune d'oeuf en poudre, protéines de lait (émulsifiant : lécithines), sel, fructo-oligosaccharides, fines herbes (aboulette, estragon, cerfeuil) (1,4%), épices, antiagglomérants : carbonate de magnésium et dioxyde de silicium, vitamines (C, B3, E, B5, B6, B2, B1, A, B9, B12, B8), maltodextrine.

MA BOISSON PROTÉINÉE MINCEUR (Saveur Chocolat Gourmand) : Protéines de lait, cacao maigre en poudre (18%), arômes, sel, épaississants : gomme guar et gomme xanthane, édulcorant : aspartame, colorant : caramel E150c, vitamines (C, B3, E, B5, B6, B2, B1, A, B9, B8, B12), anti-agglomérant : dioxyde de silicium, maltodextrine.



7 BARRES DE 40 G,
15,70€ 12,70€

"MA BARRE PROTÉINÉE MINCEUR" : des alliées idéales pour les petites faims !

Simple à transporter et à utiliser, "Ma Barre Protéinée Minceur" est conçue pour vous aider à prendre soin de votre ligne, que ce soit dans le cadre d'un objectif d'amincissement ou dans l'entretien de votre poids au quotidien. Riche en protéines, elle occupe un rôle nutritif essentiel. En parallèle, elle favorise l'effet de satiété, contribuant ainsi à combler efficacement les petits creux à l'origine des tentations alimentaires qui peuvent survenir entre les repas. "Ma Barre Protéinée Minceur" est votre meilleure alliée pour une délicieuse pause gourmande vous permettant de concilier sans aucun complexe minceur, plaisir et saveur.



Crousti-Barre Chocolat



Crousti-Barre Noix de Coco



Chocolat au lait, Cacahouètes,
fournée façon Caramel



Crousti-Barre
Fruits Rouges et Chocolat Blanc



"MON BISCUIT PROTÉINÉ MINCEUR" : un délicieux biscuit pour une collation équilibrée !

Prendre une collation équilibrée le matin et/ou l'après-midi contribue à mieux répartir ses apports nutritionnels et à éviter les grignotages. « Mon Biscuit Protéiné Minceur » est idéal à ce titre : il va vous accompagner tout au long de la journée, pour un maximum de plaisir sans aucun complexe. Il a effectivement tout d'un biscuit traditionnel, hormis les calories. Un sachet procure 11 g de protéine de qualité pour un faible apport calorique. Délicieux, fin et croquant, « Mon Biscuit Protéiné Minceur » favorise le maintien d'un bon équilibre alimentaire et vous aide à prendre soin de votre ligne.



Saveur Chocolat
4 SACHETS DE 4 BISCUITS,
9,30€ 7,50€



Saveur Orange
4 SACHETS DE 5 BISCUITS,
8,50€ 6,90€



880 G, 39,00€ 31,60€

NUTRISTATINE : minceur et forme au rendez-vous !

Délicieuse préparation nutritionnelle pauvre en calories, NutriStatine intègre une protéine de soja de qualité ainsi que des glucides complexes, des acides gras essentiels, des vitamines et des minéraux. Elle contribue à rétablir et/ou préserver un bon équilibre alimentaire nécessaire à l'amincissement. Pouvant être utilisée comme remplacement de repas ou en tant que collation, elle vous aide à éliminer rapidement les kilos superflus et à retrouver la forme.



Velouté aux 5 légumes
Saveur Poulet



Nougat-Caramel
Vanille



Chocolat-Noisette



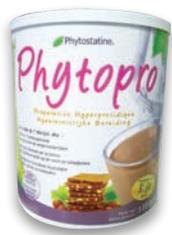
Chocolat



Vanille-Fraise



Vanille



PHYTOPRO : tous les bienfaits de la protéine de soja !

PhytoPro est élaborée autour d'un isolat de protéine de soja de très haute qualité, sans cholestérol ni lactose et riche en BCAA, en isoflavones et en oméga-3. Particulièrement bénéfique dans le cadre d'une nutrition hyperprotéinée, PhytoPro facilite l'amincissement (optimisation de la tonicité musculaire, limitation de la sensation de faim, augmentation des dépenses caloriques) tout en offrant une action positive sur la forme.

1000 G, 45,10€ 36,50€



Vanille



Chocolat-Noisette

INGRÉDIENTS

MA BARRE PROTÉINÉE MINCEUR (Crousti-barre Fruits Rouges et Chocolat Blanc) : Agent de charge : polydextrose, pépites croustillantes de soja (protéines de soja, amidon, sel), pépites croustillantes de lait (protéines de lait, farine de riz, émulsifiant : lécithine), gluten de blé hydrolysé, chocolat blanc avec édulcorant (édulcorant : maltitol, beurre de cacao, lait entier en poudre, émulsifiant : lécithine, arôme naturel de vanille) (10%), huile de palme, humectant : glycérol, fibres végétales (gomme d'acacia), arômes, framboise (0,3%), fraise (0,3%), émulsifiant : lécithine, édulcorant : sucralose.

MON BISCUIT PROTÉINÉ MINCEUR (Saveur Chocolat) : Chocolat noir 25% (sucre, pâte de cacao, beurre de cacao, émulsifiant : lécithine de soja, arôme), protéines de lait, huile de palme, farine de blé, sucre, gluten de blé, amidon de blé, agent de charge : polydextrose, blanc d'oeuf en poudre, malt d'orge, poudres à lever : diphosphate disodique – carbonate acide de sodium – carbonate d'ammonium, arôme, germes de blé.

NUTRISTATINE (arôme vanille) : Isolat de protéine de soja, caséinate de calcium, dextrose, maltodextrine, huile de soja, arômes, épaississants : gomme xanthane (E415) et gomme guar (E412), édulcorant : aspartame (E951), vitamines (C, B3, E, B5, B6, B2, B1, A, M, H, B12), L-Méthionine, chlorure de sodium, colorant : bêta-carotène (E160a), L-Thréonine.

émulsifiant : E471, amidon modifié, citrate de magnésium, arôme, correcteur d'acidité : hydroxyde de potassium, édulcorants : acésulfame-K et sucralose, colorant : curcumine.

PHYTOPRO (arôme vanille) : Isolat de protéine de soja, arômes, fructose, émulsifiant : lécithine de soja (E322), édulcorant : aspartame (E951), anti-agglomérant : dioxyde de silicium (E551), vitamine B2.



9 ALIMENTS BONS POUR VOTRE SANTÉ !

Lorsque l'on souhaite prendre soin de soi, l'un des moyens d'y parvenir est de changer ses habitudes en matière de régime alimentaire. S'il n'existe certes pas d'aliments " miracle " ou complet, les choix que l'on fait en matière de nutrition restent effectivement déterminants et peuvent avoir des répercussions positives ou négatives sur la santé.

Les fruits et les légumes sont par exemple riches en vitamines, minéraux et antioxydants à l'effet protecteur. Les produits laitiers apportent du calcium et des protéines, la viande des protéines ainsi que de fer, les glucides fournissent à l'organisme l'énergie dont il a besoin... Voici donc une sélection d'aliments bénéfiques pour votre santé et qui peuvent être facilement intégrés à votre régime alimentaire.

L'AIL

Parfait pour rehausser la saveur des plats, l'ail présente de nombreux bienfaits. Comme les autres légumes de la famille des liliacées (oignon, échalote, poireau), il renferme des composés sulfurés qui se forment quand on le coupe et sont à l'origine de son odeur caractéristique. C'est en grande partie de ces derniers que l'ail tire ses propriétés anti-inflammatoires, antibactériennes, antifongiques et antivirales. Une consommation régulière d'ail peut aussi aider à réduire la tension artérielle ainsi que le " mauvais " cholestérol (LDL) tout en augmentant le bon (HDL), favorisant une bonne santé cardiovasculaire. Ce condiment est en outre riche en calcium, cuivre, zinc, sélénium, potassium, vitamines A, B1 et C et antioxydants qui aident à lutter contre l'action néfaste des radicaux libres. Ajoutons que l'ail renforce de plus le système immunitaire.

Pour profiter de toutes ces vertus, n'hésitez donc pas à l'intégrer à vos légumes, salades et viandes (pour une meilleure digestion, pensez à enlever la petite gousse verte au milieu). Afin de varier les plaisirs, pensez également aux épices comme le paprika, le curry, le safran et le curcuma qui sont aussi excellentes pour la santé.

LE THÉ VERT

Faisant partie des boissons les plus consommées à travers le monde, le thé vert est une excellente source d'antioxydants, ce qui contribue à lutter contre les radicaux libres responsables du vieillissement prématuré. Le pouvoir antioxydant du thé vert constituerait également un véritable atout en matière de prévention contre le cancer, les maladies cardiovasculaires et les affections neurodégénératives (telles que la maladie d'Alzheimer)

Le thé vert fait aussi partie des classiques en matière d'agents minceur. En effet, les catéchines (une sorte d'antioxydants) qu'il apporte favorisent la préservation de la tonicité des cellules, ce qui aide à lutter contre la formation de la cellulite. Elles présentent également un potentiel thermogène très sensible (augmentation du

nombre de calories brûlées), aident à limiter l'absorption des glucides ainsi que des lipides et contribuent à réduire la sensation de faim. Aucune hésitation donc à en boire à volonté !

LE POISSON

Les poissons, tout comme les fruits de mer d'ailleurs, sont notamment très riches en oméga-3 (EPA (acide éicosapentaénoïque) et DHA (acide docosahexaénoïque) notamment), qui présentent de nombreux atouts en matière de santé. L'organisme les utilise effectivement pour fabriquer des substances qui agissent de manière positive sur la composition des membranes cellulaires, la régulation de la tension artérielle et l'élasticité des vaisseaux (prévention des affections cardiovasculaires), les réactions immunitaires et anti-inflammatoires. Ils interviennent également dans le fonctionnement cérébral et peuvent influencer les capacités d'apprentissage (ils



contribuent au développement du cerveau chez le fœtus puis au cours des premiers mois de la vie de l'enfant). Ils participeraient en outre à la lutte contre le cancer et agirait sur la qualité de la peau. L'espadon, le hareng, le maquereau, la sardine, le saumon, le thon rouge, le merlu et la truite présentent les teneurs en bons lipides les plus élevés. En ce qui concerne le saumon plus spécifiquement, une étude a démontré que deux portions hebdomadaires suffisent pour faire baisser de 17% le risque de maladie cardiovasculaire et de 27% celui de crise cardiaque. D'autres experts ont également mis en évidence que les personnes qui présentaient les taux sanguins d'oméga-3 les plus élevés se plaignaient moitié moins que les autres de dépression légère ou modérée.

Tous les produits de la mer constituent ensuite d'excellentes sources de protéine, la matière première de l'ensemble des tissus de l'organisme. Les poissons se caractérisent aussi par leur richesse en minéraux et oligo-éléments (phosphore, potassium, zinc, manganèse, cuivre, fer, zinc, sélénium, fluor), des éléments indispensables au bon fonctionnement de l'organisme.

Pour un maximum de bénéfices, pensez à intégrer du poisson 2 à 3 fois par semaine dans votre plan de nutrition.

LES FRUITS SECS

La plupart des fruits à coques présentent des teneurs élevées en lipides bons pour la santé, notamment en acides gras insaturés. Citons par exemple la noisette et l'amande, qui apportent respectivement près de 80% et 50% d'acides



gras mono-insaturés (oméga-9) notamment reconnus pour leur action protectrice sur le système cardiovasculaire. Les fruits secs oléagineux constituent également d'excellentes sources de vitamines et de minéraux, parmi lesquels : le fer (qui participe au transport de l'oxygène vers les tissus et à la fabrication des globules rouges), le magnésium (il favorise la préservation de l'équilibre nerveux et musculaire et aide à éviter la fatigue et le stress), le calcium (c'est un constituant majeur du système osseux), le potassium (essentiel entre autres à la transmission des impulsions nerveuses et à la contraction musculaire), le zinc (rôle important dans la croissance, la réponse immunitaire, les fonctions neurologiques et reproductives), les vitamines du groupe B (B1, B3, B5, B6, B9 entre autres, chacune ayant un rôle spécifique à jouer dans l'organisme), la vitamine E (propriétés anti-oxydantes et anti-inflammatoires entre autres). Les fruits à coque constituent également d'excellentes sources de fibres, qui contribuent à l'optimisation du transit intestinal et se distinguent par entre autres leurs propriétés rassasiantes. N'hésitez donc pas à consommer régulièrement de petites portions de fruits à coque pour profiter de leurs atouts. Amandes, cacahuètes, noisettes, noix, noix de cajou, pistaches, etc. : à vous de choisir vos préférés !

LES POMMES

Les pommes sont très riches en vitamine C (en moyenne 10 mg pour 100 g selon les différentes variétés), qui présente des vertus antioxydantes, tonifiantes et stimulantes pour le système immunitaire. Elles apportent également des vitamines B1, B2, PP, B5, B6, B9 ainsi que de la provitamine A. Elles contiennent de plus de la pectine et des phénols, qui participent notamment au contrôle du cholestérol et à la maîtrise du taux de sucre sanguin. Autre atout : elles intègrent de la cellulose, connue pour son action positive sur le transit intestinal. Les pommes sont en outre riches en glucose et en fructose, des glucides qui sont assimilés lentement par l'organisme, ce qui en fait une collation idéale. Et grâce à leur effet coupe-faim, elles constituent de véritables partenaires minceur, d'autant plus qu'elles sont peu caloriques (un fruit de taille moyenne apporte entre 70 et 100 calories). Verte, jaune, rouge, acidulée, sucrée, croquante, la pomme est un fruit idéal pour rester en forme ! Consommez-la de préférence sans l'éplucher, car la peau renferme de nombreux nutriments.

LES TOMATES



Les bienfaits de la tomate sont multiples. Contenant du lycopène, un antioxydant qui s'attaque aux radicaux libres, ce fruit s'avère être un vrai allié contre le

vieillesse et permet de lutter contre de nombreuses maladies coronariennes et certains cancers. Pauvre en calories, seulement 20 calories pour 100 g, la tomate est parfaitement adaptée à un régime minceur. Elle contient très peu de graisses, de protéines et de glucides. Riche en eau, elle permet aussi de s'hydrater. Ne vous en privez pas !

LES BROCOLIS

Peut-être n'aimez-vous pas le brocoli lorsque vous étiez enfant, mais il reste pourtant un aliment santé par excellence à consommer régulièrement. Il est notamment riche en phytonutriments. Ces composés présent à



l'état naturel dans les aliments d'origine végétale exercent de multiples effets bénéfiques sur la santé (sur le système immunitaire et le système hormonal par exemple). Le brocoli contient aussi beaucoup de vitamine C (bien plus que les oranges) ainsi que tout un ensemble de vitamines essentielles. Il contribue à empêcher le diabète, les maladies cardiovasculaires et à renforcer le système immunitaire. Riche en composés antioxydants, il permet aussi, à l'instar de nombreux fruits et légumes, de lutter contre les radicaux libres. Grâce à ses composés sulfurés comme le sulforaphane, il pourrait en outre aider à lutter contre le cancer (les composés soufrés envoient aux gènes le signal d'accroître la production des enzymes qui détoxifient les substances cancérigènes). Excellente source de calcium et de potassium, le brocoli est bon pour les os et pour la pression artérielle.

L'EAU

Elle est indispensable pour tous ceux qui veulent bien vivre, en bonne condition physique. Lorsque vous ne consommez pas suffisamment de fluides (ce qui est malheureusement le cas de très nombreuses personnes), vous empêchez votre organisme de fonctionner correctement. Les déchets qui ne peuvent plus être évacués s'accumulent et viennent interférer sur l'ensemble des mécanismes biologiques. En veillant au contraire à maintenir un bon niveau d'hydratation, vous vous assurez un fonctionnement optimal : le métabolisme est d'autant plus efficace, les toxines sont éliminées, votre corps est mieux à même de réagir à vos sollicitations, et vous êtes plus en forme. Il est recommandé de boire un minimum d'1,5 l par jour. Si l'eau est la source de liquide par excellence, les jus de fruits, le thé, le café, les tisanes, le lait sont autant d'occasions de boire sainement. Ajoutons qu'à table, vous pouvez également vous laisser tenter par un verre de vin rouge par jour. Les effets protecteurs des polyphénols et du resvératrol qu'il contient ont été mis en évidence à de nombreuses reprises.

LE CHOCOLAT

Le chocolat apporte notamment du tryptophane, un précurseur de la sérotonine, un neurotransmetteur impliqué dans la régulation de l'humeur, et de la phényléthylamine, une molécule ayant une action anti-dépressive. Le cacao contient également d'autres molécules capables d'agir sur l'humeur, comme le magnésium à l'action relaxante et anti-stress. A noter que le chocolat a aussi des effets bénéfiques sur le système cardiovasculaire grâce à ses polyphénols. Contrairement à ce que l'on pourrait penser, le chocolat noir est aussi très intéressant dans le cadre d'une démarche minceur, car en consommer un ou deux carrés peut calmer les envies de sucre pouvant survenir lorsque l'on fait attention à sa ligne.

> Le citron : il a tout bon !



Saviez-vous que le citron vert est en fait une variété d'un autre agrume que le citron, mais très proche de lui : la lime, le fruit du limettier. Originaire d'Asie, celle-ci est plus petite, plus acide et généralement bien juteuse. Autrement dit, le véritable « citron » est celui qui a une écorce jaune. Comme les autres fruits de la famille des agrumes, il est riche en vitamine C. Il est également source de vitamines du groupe B et de minéraux et oligo-éléments indispensables à l'organisme tels que le fer, le calcium, la potassium, le phosphore, le magnésium et le cuivre. Il contient en outre des composés antioxydants (différents types de flavonoïdes et des limonoïdes) qui aident l'organisme à combattre les radicaux libres et à lutter contre le vieillissement. Et ce n'est pas tout : le citron présente aussi des propriétés bactéricides et antiseptiques (ce qui contribue à renforcer les défenses naturelles), détoxifiantes, dégraissantes, désodorisantes et blanchissantes. Peu calorique, il est idéal dans les vinaigrettes et pour relever la saveur de certains plats. Vous pouvez également en presser un jus dans une bouteille d'1,5 l d'eau. Cela aromatisera agréablement l'eau tout en vous incitant à boire plus.

Un légume autrefois considéré comme une plante médicinale



Originaire du bassin méditerranéen, le céleri est une plante potagère de la famille des apicées, dans laquelle on trouve également la carotte, le persil, l'aneth ou encore la coriandre. On distingue le céleri-rave et le céleri-branché. Tous deux sont issus de la même plante potagère le céleri sauvage. Le premier se présente sous forme d'une grosse racine blanche en forme de boule accompagnée de petites tiges et de feuilles. Il est généralement utilisé pour les soupes, le pot-au-feu et le céleri rémoulade (râpé). Le second se caractérise par des tiges longues et charnues très parfumées. Les côtes peuvent être consommées crues ou cuites, les feuilles sont idéales comme condiment dans les salades et les sauces. Et c'est à partir de cette variété que l'on produit le sel de céleri. Si le céleri-rave est aussi riche en fibres que le céleri-branché, il est plus riche en vitamine K et B6 ainsi qu'en phosphore. Le céleri-branché se distingue quant à lui par une teneur plus élevée en caroténoïdes (bêta-carotène et lutéine) et vitamine B9 (ou acide folique).

Le céleri présente aussi des vertus médicinales : les feuilles et les racines sont diurétiques, dépuratives, toniques et stimulantes. Il était d'ailleurs considéré comme une plante médicinale et non pas comme un légume jusqu'à la Renaissance.



> Les bienfaits des étirements



Sans doute avez-vous déjà vu un chat s'étirer soigneusement après une sieste par exemple ? Et bien, cette habitude contribue indéniablement à la souplesse et à l'agilité de cet animal. Et nous devrions beaucoup plus souvent prendre exemple sur lui. Car si nos muscles ne sont pas régulièrement étirés, ils se raccourcissent et notre mobilité diminue ainsi progressivement.

A ce titre, les exercices de stretching (de l'anglais *to stretch* : étirer) sont particulièrement conseillés pour entretenir sa souplesse et se maintenir en bonne condition physique. Si les étirements sont d'habitude plutôt

pratiqués avant et après une activité physique pour détendre les muscles et éviter les blessures, ils constituent aujourd'hui une discipline à part entière. Voyons plus précisément quels sont leurs principaux bienfaits :

- Ils contribuent à améliorer la souplesse corporelle, ce qui évite les raideurs et les douleurs chroniques
- Ils favorisent le « réveil » et l'entretien des muscles : au quotidien, les gestes sont ainsi plus fluides et plus amples, les tensions se relâchent
- Ils participent au développement des capacités respiratoires : en effet, le travail de respiration constitue une part importante des séances de stretching (meilleure conscience des mouvements de la cage thoracique)
- Ils contribuent à la relaxation et à la détente. Après une journée de travail par exemple, votre dos et votre nuque ne demandent qu'à être étirés.

Même si les gestes d'étirement peuvent paraître simples et être pratiqués aussi bien à la maison qu'en salle, il est toutefois à noter qu'ils doivent être réalisés de façon rigoureuse pour éviter toute douleur ou blessure. Si vous n'avez pas d'expérience, il est donc conseillé de commencer par des cours collectifs.

Ligne, Forme et Plaisir !

Mon Programme

Brûle-Graisse

Solution d'amincissement complète

Mon Programme Brûle-Graisse présente l'avantage d'associer deux formulations complémentaires destinées à agir de jour comme de nuit, pour une efficacité maximale. Durant la journée, la formule «Action Jour» aide à brûler plus de calories et de graisse, tout en favorisant le drainage des tissus et en aidant à contrôler la sensation de faim. La formule «Action Nuit» poursuit quant à elle l'action sur les tissus adipeux en soirée et la nuit, tout en contribuant à limiter les fringales. Ne contenant aucun stimulant, elle vous assure de plus une qualité de sommeil optimale.

Mon Programme Brûle-Graisse est le partenaire idéal pour vous aider à concrétiser votre objectif minceur : en seulement 28 jours, vous éliminez les kilos superflus, votre tour de taille diminue, vous vous affinez et retrouvez la forme.

Mon Programme Brûle-Graisse intègre également un manuel d'utilisation qui regroupe de précieux conseils et informations pour optimiser votre réussite.



Phytostatine.
www.phytostatine.com



retrouvez nous sur
www.phytostatine.com