



Power Slim® beter dan een dieet

6 à 9 kilo gewichtsverlies per maand zonder hongergevoel en vermoeidheidsverschijnselen

Het Power Slim® programma is te volgen bij Relife Fitness (Hunsel – Stramproy)

Je kent het vast wel: “Ik heb het allemaal al eens geprobeerd, daarna was ik nog zwaarder dan voor ik met het dieet begon” en “Morgen begin ik”. Het zijn veel gehoorde uitspraken en vaak wordt het dan overmorgen, volgende week, volgende maand of misschien wel helemaal niet. **Power Slim®** heeft hiervoor een oplossing gevonden. Een eenvoudig te volgen, effectief en wetenschappelijk onderbouwd voedingsprogramma, dat een snel resultaat geeft, zonder hongergevoel. **Power Slim®** is gericht op het stapsgewijs aanleren van een gezond voedingspatroon.

Het **Power Slim®** programma is in drie fasen verdeeld. Voordat je begint, wordt een uitgebreide anamnese doorlopen, dat betekent dat het startgewicht, de Body Mass Index (BMI), de vetvrije massa en de spiermassa worden gemeten en berekend. Je definieert samen met de voedingsdeskundige je persoonlijke doelstelling en maakt een stappenplan voor de uitvoering van het **Power Slim®** programma. Regelmatig kom je terug bij je voedingsdeskundige om samen je gewichtsafname te meten en de vooruitgang te bespreken, zodat je ook langdurig succes behaalt.

Door het gefaseerde behandelplan en de individuele begeleiding en ondersteuning van de **Power Slim®** gecertificeerde voedingsdeskundige, bereik je een stabiel en gezond gewicht, óók op de lange termijn.

De voordelen van **Power Slim®** zijn:

Power Slim

Geschreven door Administrator

zondag, 31 januari 2010 21:03 - Laatst aangepast zondag, 31 januari 2010 21:16

- geen hongergevoel
- geen jojo-effect
- wetenschappelijk onderbouwd
- verlaging van bloeddruk
- goed tegen gewrichtsklachten
- verbetering diabetes type 2
- meetbare gezondheidswinst

Power Slim® heeft een groot assortiment aan heerlijke Power Slim producten en zijn er vele variaties mogelijk. Het assortiment bestaat uit:

- Ontbijt
- Repen
- Dranken
- Maaltijden
- Snacks
- Desserts
- Soepen

De Obesitas studie, uitgevoerd door de faculteit Geneeskunde aan de Universteit Antwerpen, heeft uitgewezen dat dieten in combinatie met Power Plate® meer effect heeft op visceraal vet, gewicht en hip to waist ratio dan alleen dieten en een dieet in combinatie met Fitness