

VEJLEDNING TIL DIN ORIGINALE SLOWJUICE KUR

Start dagen med at drikke EARTHING på tom mave.

Herefter venter du 15-30 min., inden du drikker en ny Slowjuice. Drik en Slowjuice hver 2.-3. time alt efter din normale dagsrytme. Det er vigtigt, at du lytter til din krop - måske har du behov for at drikke to Slowjuice lige efter hinanden, og så vente lidt længere før din næste Slowjuice. Det er dog vigtigt at fordele indtaget af dine Slowjuice ud over hele dagen.

I løbet af dagen indtager du dine økologiske Slowjuice i rækkefølgen til højre.

Vand og urtete

Igennem hele dagen skal din krop hydreres med frisk vand. Desuden anbefaler vi, at du drikker vores vedlagte urtete, gerne 1 liter i løbet af dagen.

Er du fysisk aktiv under din Originale Slowjuice kur, anbefaler vi at du indtager POWER slowjuicen som er rig på folat som bidrager med at mindske træthed og udmattelse.

Vores Slowjuice kur kan hjælpe dig med at kickstarte et sundere liv. Det kan være ændring til sundere vaner, tabe overflødige kilo, få mere energi i løbet af dagen, bedre fordøjelse m.m.

Både før, under og efter din Slowjuice kur kan vi hjælpe dig.

Gå ind på www.slowjuicecopenhagen.dk og læs mere om, hvordan du forbereder dig bedst muligt inden opstart, og hvilke anbefalinger vi har til din kost, efter din Slowjuice kur.

Husk, at du med fordel kan købe et Original Slowjuice abonnement og få din Slowjuice kur fast hver måned, som en god motivation til et sundt liv. Du er altid velkommen til at kontakte os, så vi kan hjælpe dig til den bedst mulige Slowjuice-oplevelse.

1x Earthing

1x Booster

1 x All Green

1x Power

1x Immunity

1x Balance

1x Power

Rigtig go' fornøjelse!



1



EARTHING: Vand, citron, hampeolie, spirulina, tang

EARTHING er en unik drik, hvor man tydelig fornemmer at spirulina og tang stammer fra havet, mens citronen supplerer med syre og friskhed.

2



BOOSTER: Æble, pære, citron, ingefær

BOOSTEREN er en frisk og stærk ingefærbooster med masser af kant fra citronen.

3



ALL GREEN: Agurk, citron, grønkål, selleri, ingefær, persille

ALL GREEN Slowjuice er fyldt med grønne grøntsager som forkæler kroppen. Vores ALL GREEN slowjuice tilfører kroppen væske fra bladgrønt samtidig med at smage godt.

4



POWER : Rødbede, æble, citron, ingefær

POWER drikken er til dig som er aktiv og har brug for en drik før træning. POWER Slowjuicen er rig på Folat som bidrager med at mindske træthed og udmattelse, så du kan træne og få fordelene af at være fysisk aktiv.

5



IMMUNITY: Appelsin, æble, citron, lime, gul peberfrugt, ingefær

IMMUNITYs stærke og kraftfulde Slowjuice har fokus på råvarer med højt indhold af C-vitamin. Vitamin C bidrager til immunsystemets normale funktion og bidrager til at beskytte cellerne mod oxidativt stress.

6



BALANCE: Gulerod, æble, citron, havtorn, gurkemeje, chili

BALANCE drikken er til dig, som ønsker velvære, varme og næring til krop og sjæl. Slowjuicen er rig på vitamin A, der bidrager til at vedligeholde en normal hud.

7



POWER : Rødbede, æble, citron, ingefær

POWER drikken er til dig som er aktiv og har brug for en drik før træning. POWER Slowjuicen er rig på Folat som bidrager med at mindske træthed og udmattelse, så du kan træne og få fordelene af at være fysisk aktiv.