

УМНОЕ ГОЛОДАНИЕ:

мягкий перезапуск твоего тела за 3 дня. Твой ключ к легкости и энергии, который ты полюбишь.

Эта программа для тех, кто хочет вернуть энергию, стройность и лёгкость — без жёстких диет и стресса



Привет! Я Людмила Сукач, нутрициолог.

Я запустила авторскую программу для тех, кто устал от неудачных попыток похудеть и улучшить свое здоровье.

Если ты:



чувствуешь, что «подзавис» — и тебе не хватает энергии, ясности, тело не слушается;



пробовал сбрасывать вес, но ничего не работает;



хочешь мягкий, экологичный способ почувствовать себя обновленным физически и психологически

Умное голодание — это тот самый перезапуск.





Что это такое?

Это авторская система мягкого трёхдневного голодания с использованием нутрицевтиков, которые поддерживают здоровье и имитируют приём пищи.

Организм переключается в режим очищения и сжигания жира без мучительного чувства голода. Это не сухой голод и не интервальное голодание.

Что ты получишь всего за 3 дня?



минус отёки и тяжесть



улучшение чувствительности к инсулину — это ключ к стройности



очищение от пищевой «зависимости» и тяги к сладкому - очистите вкусовые рецепторы, тем самым сможете избавиться от старых пищевых привычек и обрести новые



баланс гормона стресса (кортизола)



мягкий детокс



повышение уровня энергии и ясности ума



перезапуск митохондрий — твоих энергетических станций



снижение внутреннего воспаления — частой причины усталости и набора веса



Как проходит программа?



Онлайн в закрытом Telegram-чате



Ты получаешь чёткий список ингредиентов и нутрицевтиков (около 9000₽)



Поддержка и сопровождение от меня каждый день



Простая система питания: всё по шагам, без голодных истерик



Мотивация от единомышленников



Безопасно ли это?

Да, если нет противопоказаний. Программа не подходит:



при беременности и лактации



при диабете 1 типа, панкреатите, холицестите, активной онкологии и химио терапии



сердечно - сосудистых заболеваниях



при ИМТ < 18.5

Если сомневаешься — напиши мне, и мы уточним.



Отзывы



СКОЛЬКО СТОИТ участие?



Участие в программе — 9000



Дополнительно ты закупаешь нутрицевтики по моему списку — ~9000₽

Всего – за 18 000₽ ты получаешь:



мягкий телесный детокс



сопровождение нутрициолога



пошаговую инструкцию на следующий месяц



эффект, который чувствуешь уже на 2–3 день

Как записаться?

Проходи по ссылке ниже и пиши мне:

[Записаться](#)

Старт группы — 24 мая





P.S. Хочешь в будущем питаться правильно по пути к своей цели и не срываясь?

Этот трёхдневный опыт — лучший способ научить тело выбирать живое и здоровое, а не сахар и стресс.

Ты почувствуешь, что можешь больше, чем казалось.

t.me/naturopathy4all

mindfulhealth.su

