

KIEŁKI



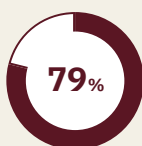
RODZAJ KIEŁKÓW	ILE CZASU KIEŁKUJĄ?	JAK DŁUGO NAMACZAĆ NASIONA?	WŁAŚCIWOŚCI ZDROWOTNE	GDZIE UPRAWIAĆ?
LUCERNA	5-7 dni 	4-5 godz. 	→ zwiększenie odporności organizmu → zmniejszenie ryzyka zachorowania na nowotwory i choroby serca → oczyszczanie organizmu z toksyn → wspomaganie gospodarki cholesterolowej organizmu	→ kietkownica → wata 
RZEŻUCHA	5-7 dni 	2-3 godz. 	→ działanie moczopędne i żółciopędne → wzmocnienie włosów i paznokcie → regulowanie pracy tarczycy	→ wata 
GORCZYCA	6-7 dni 	6-8 godz. 	→ pobudzenie trawienia → działanie przeciwzapalne	→ kietkownica → wata 
FASOLA MUNG	2-4 dni 	10 godz. 	→ wspomaganie gospodarki cholesterolowej organizmu → zwiększenie uczucia sytości po posiłku	→ kietkownica → stoik 
RZODKIEWKA	5-6 dni 	4-5 godz. 	→ zalecane przy przebiegu (oczyszczanie zatok, działanie wykrztuśne) → wspomagają metabolizm	→ kietkownica → stoik 
KOZIERADKA	3-5 dni 	6-8 godz. 	→ wspomaganie pracy żołądka, wątroby i układu pokarmowego → oczyszczanie organizmu z toksyn	→ kietkownica → stoik 
SOCZEWICA	4-5 dni 	8 godz. 	→ działanie przeciwzapalne i przeciwwirusowe → wspomaganie gospodarki cukrową i cholesterolową organizmu → źródło kwasu foliowego, potrzebnego kobietom w ciąży	→ kietkownica → stoik → woreczek 
SOJA	4-6 dni 	10-12 godz.  (przeptukuj śluz!)	→ zapobieganie nadciśnieniu → poprawa stanu skóry wspomaganie gospodarki cholesterolowej organizmu	→ woreczek 
LEN	5-7 dni 	4 godz. 	→ regulowanie pracy układu pokarmowego → wspomaganie gospodarki cholesterolowej organizmu → obniżanie ryzyka miażdżycy i chorób układu krążenia	→ wata 
BURAK	6-8 dni 	10 godz. 	→ przeciwdziałanie nadciśnieniu → działanie odkwaszające organizm → obniżenie ryzyka zachorowania na nowotwory	→ kietkownica → stoik 



CHCESZ SIĘ DOBRZE CZUĆ W SWOIM CIELE?

CHCESZ MIEĆ MNÓSTWO ENERGII?

A MOŻE CHCESZ ZADBAĆ O SWOJE EMOCJE I SAMOPOCZUCIE?



aktywnych fizycznie osób przyznaje,
że ruch poprawia ich samopoczucie.



o tyle wzrasta poziom szczęścia u osób,
które ćwiczą co najmniej 2 razy w tygodniu.

ĆWICZ GDZIE LUBISZ, CO LUBISZ I JAK LUBISZ!

bestseller

Karta FitProfit

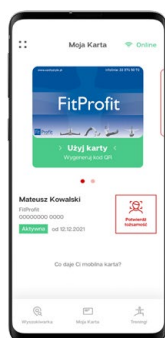


- Nielimitowana liczba wejść do różnych obiektów jednego dnia
- Brak dopłat w ponad 3500 obiektach w Polsce
- Ponad 40 różnych aktywności sportowych
- Ponad 1200 rabatów na różne produkty i usługi
- Trening w każdej chwili i miejscu dzięki Strefie VanityStyle – bez dodatkowych kosztów

Karta FitSport



- 8 wejść do obiektów w miesiącu
- Ponad 2200 obiektów w Polsce
- Ponad 35 różnych aktywności sportowych
- Trening w każdej chwili i miejscu dzięki Strefie VanityStyle – bez dodatkowych kosztów



KARTA TRADYCYJNA CZY KARTA W APLIKACJI NA TELEFONIE?

Pobierz aplikację VanityStyle na:



Dołącz do świata zdrowia i dobrych emocji!
Skontaktuj się z opiekunem programu w Twojej firmie.

