

THE
HEALTHY
CHEF

4
REDE
N
OM
MEER
WATER
TE
DRINKEN





**DON'T TRY
TO BE
PERFECT.
JUST TRY
TO BE
BETTER
THAN
YESTERDAY.**

WATER IS O ZO BELANGRIJK
VOOR JOUW GEZONDHEID...
WAAROM?



1. MEER ENERGIE:

Een vaak gekend probleem bij vermoeidheid is dehydratatie... meer water zal je zeker helpen om meer energie te krijgen, het zal je focus verbeteren en je concentratie ten goede komen.



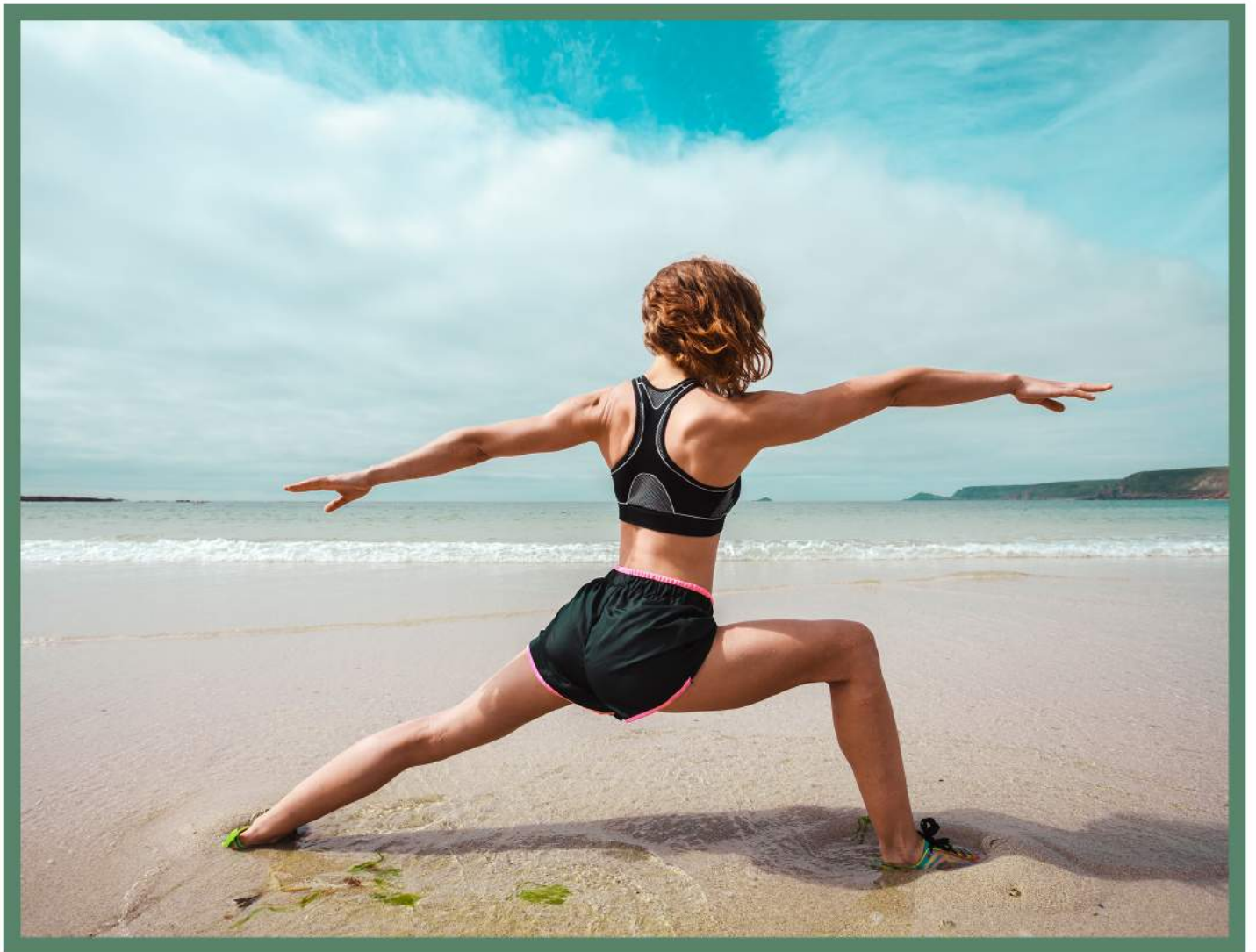
2. EEN GEZONDE HUID:

Door meer water te drinken ga je heel wat voordelen merken voor je huid...jouw hydratatie van de huid zal verbeteren, waardoor de kraaienpootjes gaan afnemen...het gaat gloed aan je huid geven, rimpels gaan verminderen en het gaat alle gifstoffen, waar je huid dagelijks mee in contact komt, verwijderen uit je lichaam.



3. GEWICHTSVERLIE:

Als je voldoende water drinkt, zorg je ervoor dat al je organen optimaal kunnen functioneren en gaat je metabolisme verhogen. Dat gaat ervoor zorgen dat je meer vet gaat verbranden + water heeft geen calorieën.



4. OMDAT JE HET NODIG HEBT:

Water zorgt ervoor dat voedingsstoffen en zuurstof je cellen kunnen bereiken. Water regelt ook je lichaamstemperatuur, voert afvalstoffen af, beschermt je gewrichten en organen.



**DE REGEL IS DAN
OOK OM PER 23 KG
LICHAAMSGEWICHT
1 LITER WATER TE
DRINKEN ELKE DAG.**



EXTRA TIP!

Als je hoofdpijn hebt wijst dit vaak op dehydratatie...drink een glas water, doe even je ogen dicht voor 10 a 15 minuten om het water zijn werk te laten doen en je bent waarschijnlijk verlost van jouw hoofdpijn.



Als je serieus bent over het verlies van gewicht en het krijgen van een betere gezondheid, neem dan eens een kijkje naar onze pakketten....doe het NU! Met al onze pakketten ontvangt u:



1:1 SUPPORT



RECEPTEN



STEUNGROEPEN

Plaatsen zijn beperkt dus kom nu op voor uw plek en start vandaag nog uw reis naar een betere gezondheid.

SEE PACKAGES