

PRODUCTOS SOLLE NATURALS

GUÍA DE ÉXITO

¡Felicitaciones por tu decisión de comenzar un viaje hacia una salud más equilibrada!

Utiliza esta sencilla tabla para hacer un seguimiento de los cambios que sucedan en tu cuerpo y tu mente. Te alegrarás de haberlo hecho, pues a veces no notamos las mejoras que tenemos por la ajetreada vida que llevamos. ¡Será emocionante notar los cambios!

1. Califica cada función enumerada en el cuadro de 1 a 10 (10 Excelente - 1 Bajo)
2. Suma los valores
3. Completa la columna "actual" y en lo sucesivo, cada columna correspondiente al día en mención
4. ¡Celebra la mejoría de tu salud!

Nombre _____ Fecha _____

| | ACTUAL | DÍA 7 | DÍA 14 | DÍA 30 | DÍA 60 | DÍA 90 |
|-----------------------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|
| ENERGÍA | | | | | | |
| ESTRÉS/ÁNIMO | | | | | | |
| SUEÑO | | | | | | |
| DIGESTIÓN | | | | | | |
| ENFOQUE MENTAL | | | | | | |
| BIENESTAR MUSCULAR | | | | | | |
| BIENESTAR COYUNTURAS | | | | | | |
| RESISTENCIA | | | | | | |
| PROBLEMAS DE ESTACIÓN | | | | | | |
| PROBLEMAS HORMONALES | | | | | | |
| OTRO | | | | | | |
| TOTAL | | | | | | |

TU PLAN

La hora del día en que tomas un producto puede afectar tu experiencia con el mismo. A continuación, está la lista de productos elegidos y el momento del día sugerido para obtener mejores resultados. Si necesitas ajustarlo para satisfacer tus necesidades, ¡adelante! También puedes contactarme. ¡Estoy aquí para ayudar! Ser consistente en tu plan diario de productos es importante, y te ayudará a obtener los resultados que deseas.

| | TEMPRANO | MAÑANA | ALMUERZO | TARDE | NOCHE | DORMIR |
|---------------|----------|--------|----------|-------|-------|--------|
| TUS PRODUCTOS | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Seguido, encontrarás algunos consejos en el uso de los productos con el fin de obtener el máximo provecho de tu plan nutricional. Pídele a tu mentor que te agregue al grupo de Facebook "Experiencias de Solle Naturals" (Inglés) o "Experiencias y entrenamiento" (Español) donde encontrarás más ideas sobre el uso del producto.

Clave: ¡la consistencia en el uso del producto te dará mejores resultados!

BEBIDAS- Base adecuada para cualquier plan

Temperatura:

La mayoría disfruta el Vital y el Excell® frío; y prefieren el SolleMâte™ y ReNue® tibio.

Mejorar el sabor de las bebidas:

SolleMâte™- agregue un poco de leche de coco, almendras o cualquier otra.

También se puede mezclar con puré de manzana o yogurt

Vital®- Mejora jugo de limón o lima recién exprimido.

ReNue® - Caliente: leche de coco o menta. Frío: lima, menta o hielo.

Mezcla de bebidas:

Vital® + ReNue® - Para un efecto "zen". Produce energía tranquila.

SolleMâte™ + ReNue® - Despierta y calma la mente; ideal para enfocarse.

Vital® + Excell® - aumenta la respiración, la resistencia y la recuperación al ejercitarse.

Frecuencia:

 generalmente SolleMâte™, Vital® y Excell® antes de las 2pm. ReNue® por la tarde.

Solle Complete® - Es más que una bebida de proteína/reemplazo de comida. Calmante para el tracto digestivo. Mezclarlo con bayas congeladas y leche de coco o cualquier otra para reemplazo de comidas, o úsese entre comidas (½ porción) para calmar problemas digestivos.



CÁPSULAS

SolleFlex PI® - Cuando se trate de dolor agudo, puede tomar dos cápsulas cada dos horas o según sea necesario. Lueo reduzca la cantidad a medida que el dolor va cediendo. Úselo con Solle Vital® para obtener mejores resultados.

Verdezymes® -Tómelo en las comidas para ayudar con problemas digestivos. Para relajarse y mejorar el sueño tómelo antes de acostarse.

ProBio IQ® - Tomarlo antes de acostarse con el estómago vacío es óptimo. Refrigerarlo de preferencia.

AdaptoGen™- Es mejor si lo toma de manera consistente para estar mejor preparado ante el estrés diario, así como para elevar y equilibrar el estado de ánimo.



Estos consejos sobre el uso de los productos no constituyen consejo médico ni están destinados a reemplazar el asesoramiento de su proveedor de salud.

Otras notas del producto _____

