

CHOCO AVELLANA

COMBINACIÓN PERFECTA



BIENVENIDA A TU NUEVA VERSIÓN



Índice

<u>TIPS antes que lleguen tus Productos</u>	03
<u>Porque puedo ayudarte</u>	04
<u>Lista para Empezar</u> ♥	06
<u>Alimentacion</u>	06
<u>Ejercicio 3 veces por semana</u>	07
<u>Guarda este numero</u>	08
<u>Que incluye el KIT</u>	09
<u>Estoy para ayudarte</u> ♥	10





♥ PREPÁRATE PARA TU CAMBIO

ESTA GUÍA ES SOLO PARA MUJERES COMO TU QUE QUIEREN EMPEZAR CON EL PIE DERECHO 🌱♥

ANTES DE QUE LLEGUE TU KIT, QUIERO AYUDARTE A PREPARAR TU CUERPO Y TU MENTE. NO SE TRATA SOLO DE TOMAR UN PRODUCTO, SINO DE EMPEZAR UNA TRANSFORMACIÓN REAL, CON PASOS SIMPLES Y MI GUÍA DESDE EL DÍA UNO.

¿Qué hacer antes de que llegue tu kit?

✓ Toma más agua.

Empieza a hidratarte bien para que tu cuerpo aproveche al máximo los productos.

✓ Aliméntate ligero.

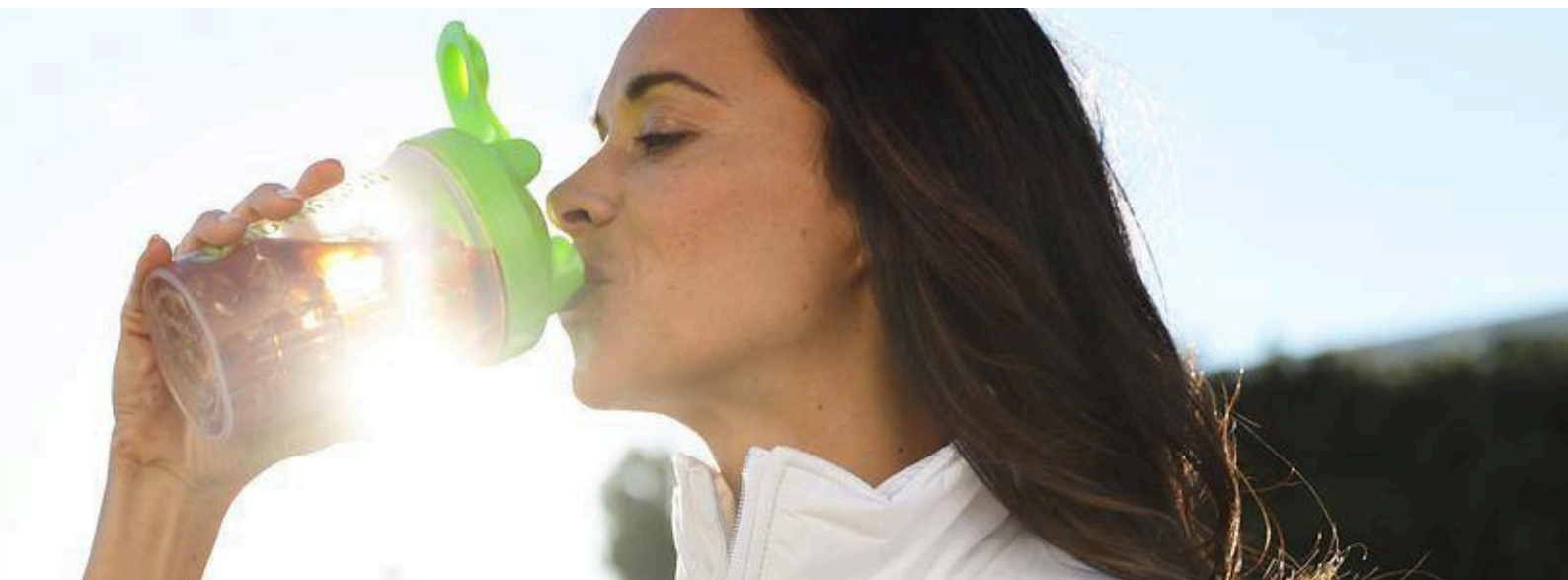
Come más natural estos días, evita frituras y azúcares en exceso.

✓ Duerme mejor.

Tu descanso también influye en cómo responde tu cuerpo.

✓ Piensa en tu meta.

Esto no es una dieta más, es una decisión por ti.



¿POR QUÉ TE ENVÍO ESTO ANTES DE QUE COMPRES?

PORQUE CONMIGO NO ESTÁS SOLA. 🌱❤️

SOY PERSONAL TRAINER Y ASESORA NUTRICIONAL, LLEVO AÑOS AYUDANDO A MUJERES A TRANSFORMAR SU CUERPO Y SU SALUD DESDE CERO.

TE EXPLICO PASO A PASO CÓMO USAR TU KIT, QUÉ HACER CADA DÍA Y CÓMO ADAPTARLO A TU ESTILO DE VIDA.

ESTE NO ES "UN PRODUCTO MÁS", ES UN PROCESO, Y ESTOY FELIZ DE ACOMPAÑARTE EN CADA PASO.

Esto es más que físico 🌱❤️

Cuidarte no tiene nada que ver con "ser bonita" o "querer encajar". Tiene que ver con amarte lo suficiente como para elegir sentirte mejor, más fuerte, con más energía y con más seguridad.

La salud también es emocional, y está perfecto darte este regalo. Estás haciendo algo increíble por ti, y eso merece reconocimiento.

📍 MENOSPESOMASSALUDPTY

📞 (507) 6705-4236

Haz que cada día,
sea el mejor día de tu vida



¿LISTA PARA EMPEZAR?
👉 HAZ CLIC AQUÍ Y TE ARMO TU COMBO PERSONALIZADO

ESCRIBEME  



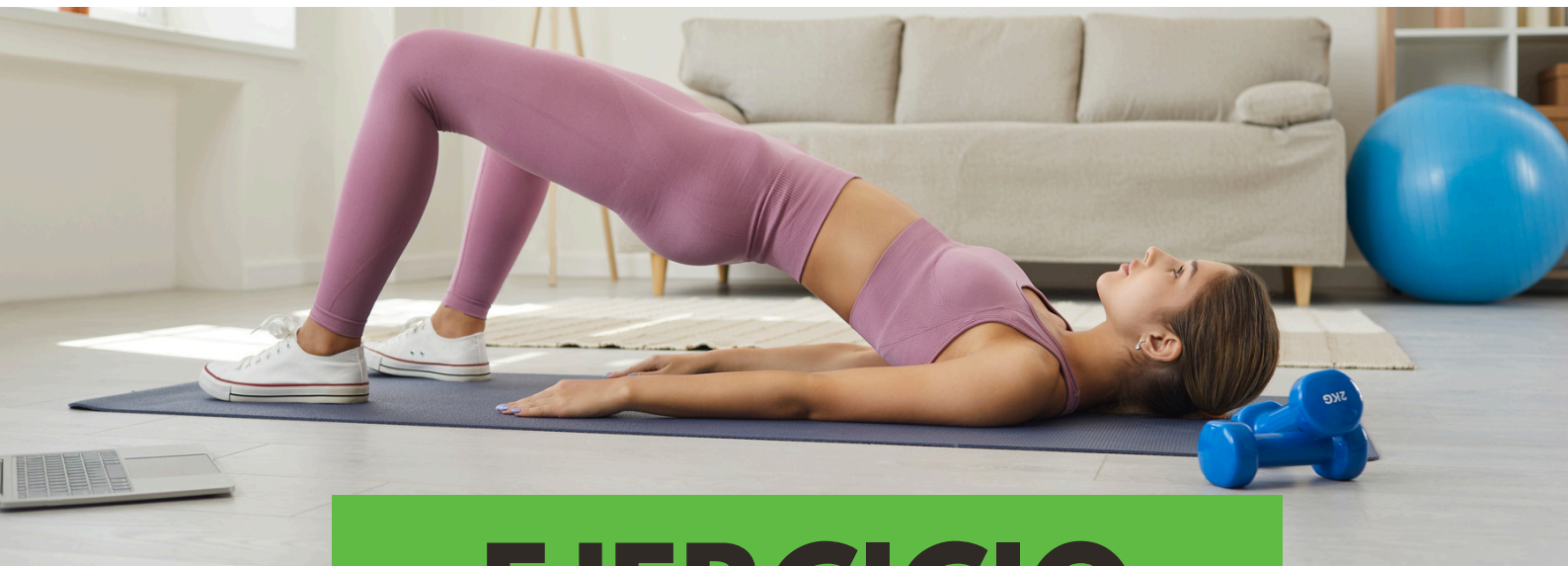
ALIMENTACIÓN

Come rico y saludable

Frutas que debes comer:

- Manzanas rojas
- Naranjas
- Kiwi
- Manzanas verdes
- Sandia





EJERCICIO

3 VECES X SEMANA

12 Sentadillas



20 piernas elevadas



20 Plancha



25 Abdominal



15 Puente

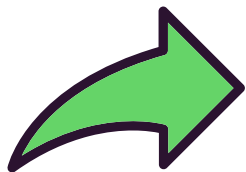


15 Zancadas laterales



MENOS PESO
MAS SALUD
ASESORIAS, SUPLEMENTOS, PLANES
ALIMENTICIOS
MENOSPESOMASSALUD
(507) 6705-4236

¿Necesitas ayuda?



(507) 6705-4236

💡 NO DUDES EN CONTACTARME, JUNTAS LOGRAREMOS ESA META SALUDABLE QUE NECESITAS.



RECIBE TU KIT AHORA 🌱💪💚



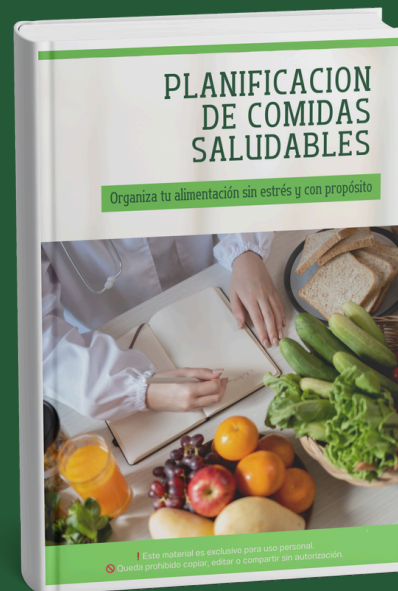
CON GUIA PROFESIONAL Y
PRODUCTOS DE CALIDAD PUEDES
LOGRAR ESTE CAMBIO! 🌱💪💚



RECIBES EN TU 1RA COMPRA EL KIT



\$



YA PUEDES DESCARGAR EL CATALOGO



 [menospesomassaludpty](https://www.instagram.com/menospesomassaludpty)





! Este material es exclusivo para uso personal.
⊘ Queda prohibido copiar, editar o compartir sin autorización.