

# Daily Essentials

Eine Nährstoffversorgung, die Sie jeden Tag neu durchstarten lässt.

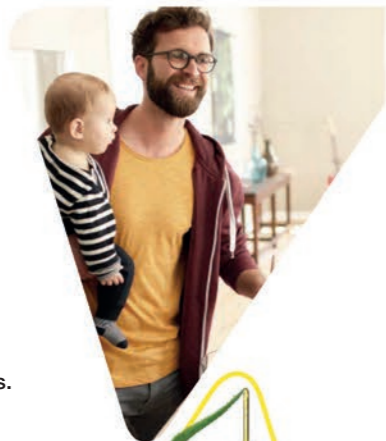
Sie möchten sich und Ihre Familie ausgewogen ernähren?

Sie schaffen es nicht immer, frisch zu kochen?

Sie sind viel unterwegs und müssen oft etwas Schnelles zwischendurch essen?

Dann profitieren auch Sie von **LR LIFETAKE Daily Essentials**.

Jetzt informieren!



## Daily Essentials

### MONATSET

**Aloe Vera Drinking Gel Traditionell mit Honig 3er Set**  
80743 | 3 x 1000 ml  
**91,99 €**

**Pro Balance Tabletten**  
80102 | 360 Tabletten / 252 g  
**30,99 €** (122,98 € pro 1000 g)

## INDIVIDUELLE AUFBAUPRODUKTE

**Super Omega Kapseln**  
80338 | 60 Kapseln / 100,8 g  
**35,99 €** (35,70 € pro 100 g)

**Fiber Boost Getränkpulver**  
80630 | 210 g  
**24,99 €** (11,90 € pro 100 g)

**Protein Power Getränkpulver Vanille**  
80550 | 375 g  
**40,99 €** (109,31 € pro 1000 g)

**Vita Active Rote Früchte**  
80301 | 150 ml  
**19,99 €** (13,33 € pro 100 ml)

## ENTDECKEN SIE WEITERE LR LIFETAKE LÖSUNGEN:

### Body Mission

**Schritt für Schritt zum Wunschgewicht** – hier bekommt Ihr Körper alles, was er auf dem Weg zu Ihrer Wunschfigur braucht. Damit Sie Ihre Ziele schnell und einfach erreichen, besser aussehen und sich einfach wohlfühlen.

### Pro Activity

**Bewegungsfreiheit in jeder Lebenslage** – das heißt, auf Dauer beweglich zu bleiben und den Alltag mühelos zu meistern. Was Sie auch vorhaben: Genießen Sie die Freiheit Ihrer Bewegung.

### Mental Power

**Leistungsstärke für jede Situation** – damit Sie auch in Stress-situationen die richtige Unterstützung haben: ob im anspruchsvollen Job, im turbulenten Familienleben oder in der aktiven Freizeit.

### Vital Care

**Vitalität in jedem Alter** – dafür gibt es hier die Unterstützung, die Ihr Körper braucht, um vital und gesund zu bleiben, wenn Sie Ihre Pläne in die Tat umsetzen. Sie haben noch viel vor? Lassen Sie sich nicht bremsen.

### Seasonal Support

**Unterstützung in jeder Saison** – vor allem, wenn Sie tagtäglich viel unterwegs sind und dabei Wind und Wetter trotzen wollen. Hier kommt frischer Wind für Ihr Wohlbefinden.

<http://bit.ly/pro-health>

Profitieren Sie von unseren Abos. Fragen Sie Ihren LR Partner:

**Gesundheit & Wellness**  
integrative Prävention  
pro Health  
um Ihre Gesundheit bemüht  
Italiener Strasse 56  
9500 Villach  
+43 650 22 6 11 00  
office@pro-health.at  
www.pro-health.at  
Gesundheit ist nicht alles,  
aber ohne Gesundheit ist alles nichts.

AT

Best.Nr.: 94895-3



HEALTH & BEAUTY



# Daily Essentials

NÄHRSTOFF-  
VERSORGUNG  
FÜR JEDEN TAG



IHR LEBEN. IHR TAKT. IHR WOHLBEFINDEN.

Gibt es ein Rezept für Glück? Gesundheit ist Glück, heißt es. Wenn man sich im eigenen Körper wohlfühlt, fit und energiegeladener ist. Gut, wenn man dann einen **kompetenten Partner** an seiner Seite hat. LR LIFETAKE ist Ihr Begleiter für mehr Lebensqualität – Tag für Tag.

Ob Sie sich gerade in einer stressigen Lebensphase befinden, keine Zeit für eine ausbalancierte, nährstoffreiche Ernährung haben oder einfach ein paar Pfunde verlieren möchten – **LR LIFETAKE bietet für jeden die richtige Lösung.**



LR LIFETAKE bündelt **erstklassige Nahrungsergänzung** zu Basis Lösungen, die speziell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind. Kombinieren Sie das Monatsset mit individuellen Aufbauprodukten für Ihr persönliches Wohlbefinden.



Die Produkte sind von der Natur inspiriert und mit den neuesten Erkenntnissen aus **Wissenschaft & Forschung** kombiniert. Das Ergebnis: Einzigartige Produkte mit maximaler Wirksamkeit und gleichbleibend hoher Qualität.



Zusätzlich unterstützt LR LIFETAKE Sie **ganzheitlich** mit fundierten Experten Tipps zu Ernährung, Bewegung und Lebenswandel. Eine Beratung, die Sie ganz einfach in Ihren Alltag integrieren können.

Mit LR LIFETAKE nehmen Sie Ihr Wohlbefinden selbst in die Hand. Genießen Sie jetzt Ihren Alltag und greifen Sie zu! Sie bestimmen den Takt.



## NÄHRSTOFFVERSORGUNG FÜR DEN GANZEN MONAT.

Mit der einzigartigen, aufeinander abgestimmten Produktkombination LR Lifetakt Daily Essentials füllen Sie die Nährstoffdepots Ihres Körpers wieder auf.

### Vorteile im Monatsset:

- Vitamine, Mineralien und Spurenelemente sowie hochwertige Pflanzenstoffe in einer kompakten Lösung.
- Unterstützt den Energiestoffwechsel<sup>1</sup>, und stellt mit Pro Balance das Gleichgewicht der Nährstoffe<sup>2</sup> wieder her.



### Aloe Vera Drinking Gel Traditionell mit Honig

Aloe Vera wird wegen ihrer einzigartigen Zusammensetzung an Inhaltsstoffen bereits seit Jahrhunderten geschätzt. Den Saft der Aloe Vera Pflanze reichert LR mit einer Extrapolation wertvollem Vitamin C<sup>1</sup> an.

- Aloe Vera Blattgel in höchster Konzentration
- Dauerhafte Qualität durch das SGS INSTITUT FRESENIUS bestätigt

### Inhaltsstoffe:

- ✓ 90 % Aloe Vera Blattgel
- ✓ 9 % Honig
- ✓ 75 % Vitamin C<sup>1</sup> pro Tagesration\*

### Anwendungsgebiete:

- Für eine normale Funktion – des Energiestoffwechsels<sup>1</sup>
- des Nerven- und Immunsystems<sup>1</sup>

**Verzehrempfehlung:**  
Täglich 3 x 30 ml



### TIPP:

Nehmen Sie das Aloe Vera Drinking Gel am besten pur oder mit reinem Fruchtsaft gemischt vor jeder Hauptmahlzeit zu sich.



### Pro Balance

stellt das Gleichgewicht der Nährstoffe im Körper wieder her. Der körpereigene Säure-Basen-Haushalt wird durch wertvolle Spurenelemente und einer Versorgung mit basischen Mineralien<sup>2</sup> reguliert.

### Inhaltsstoffe:

- ✓ Mineralien und Spurenelemente
- ✓ 15% Kalium pro Tagesration\*
- ✓ 53% Magnesium pro Tagesration\*
- ✓ 87% Calcium pro Tagesration\*
- ✓ 45% Kupfer pro Tagesration\*
- ✓ 150% Chrom pro Tagesration\*
- ✓ 160% Molybdän pro Tagesration\*

### Anwendungsgebiete:

- Für das Elektrolytgleichgewicht<sup>2</sup>
- Für einen normalen Energiestoffwechsel<sup>1</sup>

### Verzehrempfehlung:

Täglich 3 x 4 Tabletten



### TIPP:

Statt die Tabletten als Ganzes zu nehmen, können diese auch zwischen zwei Löffeln pulverisiert in einem Glas Saft verrührt getrunken werden.

<sup>1</sup> Vitamin C trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel und einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

<sup>2</sup> Magnesium trägt zu einer Verringerung von Müdigkeit, Ermüdung und zum Elektrolytgleichgewicht bei.

\* Referenzmenge für die tägliche Zufuhr.

Ihr Alltag ist so bunt, wie es auch Ihre Ernährung sein sollte. Ebenso unterschiedlich sind aber Bedürfnisse und Geschmäcker. Deshalb gibt es die spezifischen Ergänzungen von LR Lifetakt für Ihre individuellen Bedürfnisse:



**Fisch, Eier oder andere Omega-3-Lieferanten stehen eher selten auf dem Speiseplan?**

### Super Omega Kapseln

haben einen hohen Gehalt an den Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA, die zur Gesunderhaltung der Herzfunktion beitragen.<sup>3</sup>

Unterstützen Sie Ihr Herz!



**Sie sind kein großer Fan von Vollkornprodukten?**

### Fiber Boost Getränkpulver

ergänzt mit seinem hohen Ballaststoffgehalt aus 3 Ballaststoffquellen Ihre tägliche Ernährung. Trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei; Eiweiße, Kohlenhydrate und Fette werden vom Körper besser aufgenommen<sup>6</sup>.

Boosten Sie Ihren Stoffwechsel!

<sup>3</sup> EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei. Hierzu ist die Einnahme von mind. 250 mg EPA und DHA pro Tag erforderlich.

<sup>4</sup> Proteine tragen zu einer Erhaltung und Zunahme der Muskelmasse und Erhaltung normaler Knochen bei.

<sup>5</sup> Vitamin D trägt zur Aufrechterhaltung normaler Knochen und Muskelfunktion bei. Vitamin B1 (Thiamin) trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel, Funktion des Nervensystems und der psychischen Funktion bei.

<sup>6</sup> Chrom trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen und zum Erhalt eines normalen Blutzuckerspiegels bei.

<sup>7</sup> Thiamin und Vitamin B12 sorgen für einen normalen Energiestoffwechsel und für eine normale psychische Funktion.



**Sie treiben viel Sport und möchten eine Extrapolation Eiweiß?**

### Protein Power

#### Getränkpulver Vanille

liefert eine Extrapolation Proteine, um Ihre Muskelmasse<sup>4</sup> zu unterstützen. Magnesium & Vitamin B6 tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.

Lassen Sie Ihre Muskeln spielen!



**Extrapolation Vitamine gefällig?**

### Vita Active Rote Früchte

bietet eine Vitaminversorgung an 10 wichtigen Vitaminen aus 21 konzentrierten Obst- und Gemüsekonzentraten – ohne Zusatz von Farb- und Konservierungsstoffen.

Versorgen Sie Ihr Immunsystem<sup>5</sup>!

Neben der täglichen Aufnahme aller wichtigen Nährstoffe wie Vitamine, Mineralien und Spurenelemente in ausreichender Menge, empfiehlt Dr. Sven Werchan, folgende einfache Tipps zu Ernährung, Lebenswandel und Bewegung in Ihren Alltag zu integrieren:

Dr. Sven Werchan Ernährungsexperte



## LEBENSWANDEL

- **Intensiv leben!** Seien Sie ganz da, wenn Sie essen, laufen, lieben oder sprechen. Tauchen Sie ganz in den Moment ein!

- **Machen Sie es sich schön!**

Stellen Sie sich einen Strauß Blumen auf den Schreibtisch oder gehen Sie zum Frisör – Ihren Ideen sind keine Grenzen gesetzt!



## BEWEGUNG

- **Raus an die Luft!**

Gehen Sie regelmäßig spazieren. Nutzen Sie die gemeinsame Zeit mit der Familie oder Freunden zum Reden oder Spielen.

- **Steh auf!** Alle 30 Minuten aufstehen, strecken, 2-3 mal tief durchatmen und weiter geht's.

## ERNÄHRUNG

- **Beerenpower!** Beeren sind Kraftpakete. Am besten frisch und einfach so oder zum Naturjoghurt.

- **Leinöl ist flüssiges Zellgold.** Verrührt mit fettarmem Topfen, abgeschmeckt mit Knoblauch, Salz und Pfeffer ist es lecker und unschlagbar.

