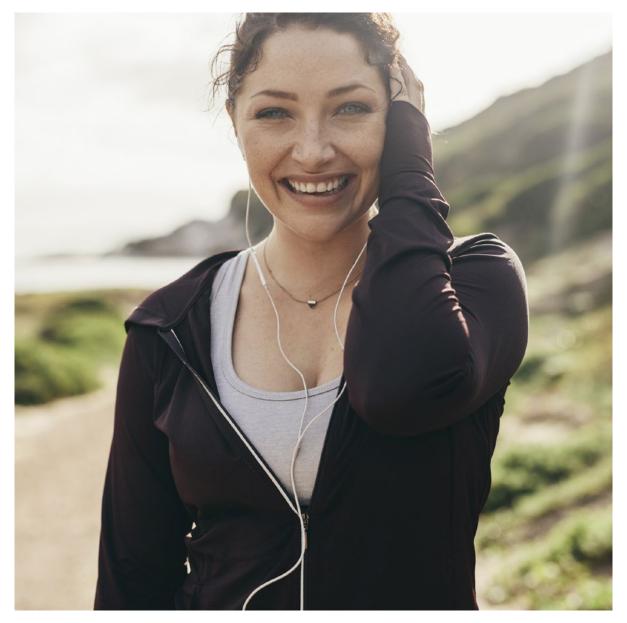


# WILLKOMMENS-LEITFADEN





# HERZLICH WILLKOMMEN BEI ISAGENIX!

Wir können es kaum erwarten, dass Sie herausfinden, warum Tausende von Menschen unsere Produkte heute als wesentlichen Bestandteil ihrer täglichen gesunden Gewohnheiten betrachten. Wir haben eine Reihe von Paketen zusammengestellt, um Ihnen eine Kombination von Isagenix- und Zija-Produkten anzubieten, die im Rahmen Ihrer Wellness-Routine Hand in Hand gehen.

In diesem Leitfaden erfahren Sie mehr über die Vorteile dieser Produkte und erhalten einen Überblick über die Möglichkeiten, diese in Ihren Tagesablauf einzubinden. Erfahrungsgemäß ist bei einer Änderung des Lebensstils der Erfolg oft mit einem unterstützenden Programm verbunden. Wenn es das ist, wonach Sie suchen, dann ist unsere Community das wertvollste Gut, um Sie bei Ihrem Vorhaben zu unterstützen. Während Sie also diesen Willkommensleitfaden durcharbeiten, denken Sie darüber nach, was Sie langfristig und nicht nur kurzfristig erreichen wollen - wir unterstützen Sie in beiden Bereichen! Ja, das erste Erfolgserlebnis beim Gewichtsverlust oder Muskelaufbau - wenn es das ist wonach Sie suchen, aber auch darüber hinaus sind Sie hier genau richtig. Denn wer möchte sich nur für 30 Tage großartig fühlen?

Ihre Reise zu Ihrem lebenslangen Wohlbefinden beginnt genau hier!

# Lernen Sie Ihre **Produkte** kennen\*







器ZIJA

器ZIJA

CORE MORINGA

XM+

CORE MORINGA

SuperMix

IONIX® SUPREME

konzipiert, dass es täglich eingenommen werden kann, um die allgemeine Gesundheit und das Wohlbefinden zu fördern.

Pflanzenextrakten, das Sie bei der Bewältigung alltäglicher Herausforderungen unterstützt. Dieses kraftvolle Elixier ist so

### Wie man es einsetzt:

Trinken Sie jeden Morgen eine 30-ml-Portion.

Ein angereichertes Tonikum, vollgepackt mit

## NOURISH FOR LIFE™

Eine Auswahl nährstoffreicher Pflanzeninhaltsstoffe wie Aloe Vera, Sibirischer Ginseng und Pfefferminze zur Unterstützung Ihres Körpers an den Reinigungstagen. Ein wesentliches Merkmal, das die Reinigungstage von gewöhnlichem Fasten oder einfach dem Überspringen einiger Mahlzeiten unterscheidet.

### Wie man es einsetzt:

An Ihren Reinigungstagen nehmen Sie vier Portionen Nourish for Life zu sich. Eine Portion besteht aus 118 ml bzw. 2 Messlöffel mit 120-240 ml Wasser vermischt. Bei der täglichen Reinigung nehmen Sie nur eine Portion von 59 ml bzw. 1 Messlöffel mit 60-120 ml Wasser gemischt pro Tag.

# CORF MORINGA™ SUPERMIX & CORF MORINGA™ XM+

Core Moringa SuperMix ist ein köstliches, praktisches Getränkepulver, das aus der nährstoffreichen Moringa oleifera-Pflanze hergestellt und mit Wasser angemischt täglich getrunken wird. Core Moringa XM+ kombiniert all das Gute aus der Moringa oleifera mit der pflanzlichen Energie von Grüntee-Extrakt, Ginseng und natürlichem Koffein.

Ein Sachet in 240-540 ml kaltes Wasser geben und gut schütteln.

# ISAI FAN™ SHAKE & ISALEAN™ SHAKE PLANT BASED

Eine gesunde, ausgewogene Mahlzeit aus einfachen Vollwertzutaten, bei denen Sie sich großartig fühlen werden. Gefüllt mit allem, was man braucht, um optimal ernährt zu sein und es ist in Sekundenschnelle zubereitet.

### Wie man es einsetzt:

Mischen Sie 1 Sachet bzw. 2 Messlöffel mit 240 ml. Wasser (und Eis, wenn Sie möchten) entweder im





4 \\ Deutsch Deutsch // 5



# CORE MORINGA™ TRIOTIC

Core Moringa Triotic enthält eine Mischung aus drei Bakterienstämmen, die als Probiotika bekannt sind - oft als sogenannte freundliche Bakterien bezeichnet. Diese freundlichen Bakterien sind lebende Mikroorganismen, die eine besondere Funktion bei der Unterstützung eines gesunden Verdauungssystems einnehmen.

### Wie man es einsetzt:

Pulver direkt auf die Zunge geben und vor dem Schlucken auflösen lassen.







# CORE MORINGA™ PREMIUM TEE

Core Moringa Premium Tee ist eine Mischung aus traditionellen fernöstlichen sowie heimischen Kräutern, die seit Jahrhunderten zur Unterstützung der Verdauung und als natürliches Abführmittel verwendet werden.

### Wie man es einsetzt:

Einen Teebeutel mit kochendem Wasser aufgießen und maximal 1-2 Minuten ziehen lassen.Nicht mehr als einmal pro Woche vor dem Schlafengehen trinken.



# XANGO® RESERVA

XANGO Reserva enthält eine Reihe von pflanzlichen Nährstoffen aus der Mangostan-Frucht und eine erstklassige Fruchtsaftkombination.

### Wie man es einsetzt:

Empfehlenswert ist die Einnahme von 30-90 ml pro Portion.







# AMÉO ENTUNE™

Améo Entune ist ein selbstklebendes Pflaster, das auf der Haut platziert wird. Es wird aus Inhaltsstoffen wie CBD-Öl, CoQ10, Weidenrinden-Extrakt und vielem mehr hergestellt.

### Wie man es einsetzt:

Tragen Sie ein Pflaster auf Ihren Oberarm, die Oberschenkelinnenseite oder der Wirbelsäule in der Nähe des Halsansatzes auf und lassen es bis zu 24 Stunden wirken.





# WENN ES IHR ZIEL IST, GEWICHT ZU VERLIEREN...

Wir empfehlen eine ausgewogene Mahlzeit (zwischen 400 und 600 Kalorien) und ersetzen die beiden anderen Mahlzeiten durch IsaLean Shakes. Fühlen Sie sich frei, auch ein paar Snacks (mit jeweils ca.100- 150 Kalorien) mit einzuplanen und denken Sie auch an Ihre anderen Ergänzungsmittel!



# WENN SIE GESUND BLEIBEN ODER IHREN GEWICHTSVERLUST HALTEN MÖCHTEN...

Shake-Tage lassen sich leicht an Ihre Ziele anpassen, je nachdem, was Sie erreichen möchten. Sie haben die Wahl zwischen einem oder zwei IsaLean Shakes pro Tag, je nachdem, was praktisch ist und abhängig davon, wie aktiv Sie sind, sollten Sie ein paar zusätzliche Kalorien in den Tag einbauen. Dazu könnten Sie Ihrem IsaLean-Shake weitere Zutaten beifügen (z.B. Früchte, Haferflocken, IsaPro) oder ein paar zusätzliche Kalorien in Ihre Snacks und Mahlzeiten aufnehmen.



# BEISPIEL FÜR EINEN TAGESABLAUF AM SHAKE-TAG



### Vor dem Frühstück

1 Portion Ionix Supreme 1 Core Moringa Triotic 1 Core Moringa Supermix / XM+ oder Xango Reserva

### Frühstück

IsaLean Shake 1 Thermo GX Kapsel

### Vormittag

Snack mit 100-150 Kalorien



### Mittagessen

IsaLean Shake 1 Thermo GX Kapsel

# Nachmittag

Snack mit 100-150 Kalorien

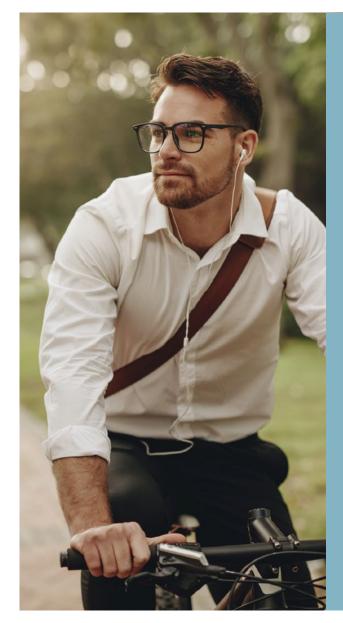


### Abend

Gesunde, ausgewogene Mahlzeit mit 400-600 Kalorien

## Vor dem Schlafengehen

1-2 IsaMove-Kapseln



# Reinigungstage

Zunächst möchten wir uns darüber unterhalten, warum wir eine "Reinigung" durchführen sollten. Vielen Menschen ist klar, dass die Leber dafür zuständig ist, aber unsere Leber wurde nicht für eine industrialisierte Welt geschaffen. Wir sind Schadstoffen in der Luft, im Wasser, in der Nahrung und sogar in unserem Zuhause ausgesetzt. Obwohl wir uns sehr bemühen, die Belastung durch Gift- und Schadstoffe zu verringern, können wir nicht allen ausweichen. Damit wir gesund bleiben, hat Isagenix die sogenannten Reinigungstage konzipiert, unsere Form des Intervall-Fastens (lange bevor es in Mode gekommen war).

Um zu fasten hat Isagenix einen einfacheren Weg geschaffen. Trinken Sie Nourish for Life viermal täglich, um Energie zu erhalten und Konzentration zu fördern. Danach können Sie aus mehreren leckeren Snack-Optionen wählen, die Sie unterstützen. Und denken Sie daran, immer viel Wasser zu trinken. Hat jemand Schokolade erwähnt? So ist es! Sie können sogar an einem Reinigungstag Ihre Naschkatze zufrieden stellen... solange es sich hierbei um IsaDelight™ handelt!

# Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, Reinigungstage in Ihren Tagesablauf zu integrieren ...

# 3 WEGE FÜR DIE REINIGUNG



# **Einzelner Reinigungstag**

Mit 4 Portionen Nourish for Life und den von Ihnen ausgewählten Snacks fasten Sie den ganzen Tag. Empfehlenswert sind bis zu 4 davon pro Monat.



# **Doppelter Reinigungstag**

Führen Sie zwei
aufeinanderfolgende Reinigungstage
durch, wobei Sie genau denselben
Zeitplan einhalten wie für einen
einzelnen Reinigungstag... nur eben
zweimal. Es werden bis zu 2 davon
pro Monat empfohlen.



# Tägliche Reinigung

Statt den ganzen Tag lang zu fasten, trinken Sie täglich eine Portion Nourish for Life (oder 59 ml / 1 Messlöffel mit 60-120 ml Wasser vermischt) - entweder gleich morgens oder vor dem Schlafengehen. Eine perfekte Alternative, wenn Sie mit den Reinigungstagen noch warten möchten oder dies Ihnen generell nicht liegt.





# BEISPIEL FÜR EINEN TAGESABLAUF AM REINIGUNGSTAG



### Vor dem Frühstück

1 Portion Ionix Supreme

### Frühstück

1 Portion Nourish for Life (118 ml / 2 Messlöffel gemischt mit 120-240 ml Wasser) 1 Thermo GX Kapsel



### Mittagessen

1 Portion Nourish for Life (118 ml / 2 Messlöffel gemischt mit 120-240 ml Wasser)

### Nachmittag

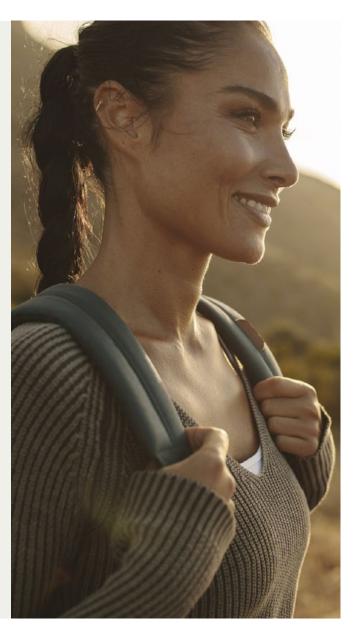
1 Portion Nourish for Life (118 ml / 2 Messlöffel gemischt mit 120-240 ml Wasser)



### Abend

1 Portion Nourish for Life (118 ml / 2 Messlöffel gemischt mit 120-240 ml Wasser) 1-2 IsaMove-Kapseln

Darüber hinaus können Sie bis zu 10 Reinigungspunkte mit dem Tracker einlösen. um den Heißhunger einzudämmen und einen gelungenen Reinigungstag durchzuführen!



# REINIGUNGSTAG TRACKER

# Reinigen & auf Kurs bleiben mit 10 Punkten pro Reinigungstag.

Zusätzlich zum Genuss von Nourish für Life™ und Ionix® Supreme an einem Reinigungstag können Sie bis zu 10 "Reinigungspunkte" mit erstaunlichen Produkten nutzen, um den Heißhunger zu zügeln, Ihren Körper zu versorgen und ein großartiges Reinigungserlebnis zu ermöglichen!

### Eine Portion Nourish for Life besteht wahlweise aus

- 118 ml Natural Rich Berry Geschmack (flüssig). Sie können dieses für sich allein oder gemischt mit kaltem oder warmem Wasser nehmen.
- 2 Messlöffel Pfirsich-Mango-Geschmack gemischt mit 120-240 ml Wasser.



Wir empfehlen, vier Portionen Nourish for Life über den Tag verteilt zu sich zu nehmen.

Verfolgen Sie hier nachfolgend Ihre Reinigungspunkte. Streichen Sie einen Kreis für jeden Reinigungspunkt durch, der während eines Reinigungstages verbraucht wird.

#### 0 Punkte

- Kaffee (schwarz)
- · Schwarzer, grüner oder Kräutertee
- · Wasser, still oder mit Kohlensäure

### 1 Punkt

· Xango Reserva

### 2 Punkte

- Isagenix Snacks <sup>™</sup> (2 Stück)
- · Isagenix Greens
- e-Shot™
- IsaDelight<sup>™</sup>
- SuperMix<sup>™</sup>
- AMPED™ Nitro\*
- AMPED™ Hydrate
- AMPED™ Post-Workout\*
- XM+

### 3 Punkte

- Harvest Thins™
- Whev Thins™

# MONATLICHER REINIGUNGSTAG-TRACKER

# **RFINIGUNGSTAG 1**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	(1

## **REINIGUNGSTAG 2**



### **REINIGUNGSTAG 3**





\*Anstrengende oder intensive Übungen werden an Reinigungstagen nicht empfohlen. Wenn Sie während des Trainings zu einem beliebigen Zeitpunkt einen Schwächeanfall, Schwindel, Schmerzen oder Atemnot verspüren, sollten Sie sofort abbrechen und, falls erforderlich, einen Facharzt aufsuchen,

12 \\ Deutsch Deutsch // 13

# **IsaBody Challenge**

Sie haben bereits die nötigen Produkte, um Gewicht zu verlieren, die IsaBody Challenge ist hier, um Ihnen dabei zu helfen. Während der 16 Wochen werden Sie die Produkte von Isagenix und Zija verwenden, um Ihre Ziele zu erreichen und dabei von einer erstaunlichen Community unterstützt werden. Sie erhalten außerdem einen Produktgutschein im Wert von 165 € sowie ein T-Shirt, einfach weil Sie es bis zum Schluss durchgehalten haben!

Sind Sie bereit für die Challenge? Dann melden Sie sich in Ihrem Back Office an.



99

"Ich hatte eine unglaubliche Transformation mit Isagenix und der IsaBody Challenge®! Es ist das Beste, was ich je in meinem Leben ausprobiert habe - ich bin in der besten Form aller Zeiten und ich kann sie aufrechterhalten!

Meine Ausdauer ist viel besser, ich fühle mich großartig und ich liebe es, dass ich den Plan je nach meinen Zielen leicht anpassen kann - zuerst habe ich ihn benutzt, um schlanker zu werden und dann einfach angepasst, um die Produkte zum Muskelaufbau zu verwenden. Ich bin so froh, dass ich diese Produkte gefunden habe, denn Isagenix ermöglicht es mir, ein Gleichgewicht zu schaffen und meine Fitness zu erhalten als auch gleichzeitig glücklich und versorgt zu sein."

GII VERSTRAFTEN



95

"Ich hatte einige Freunde in Australien gesehen, die mit Isagenix großartige Ergebnisse erzielt haben, und ich war so begeistert von ihnen, dass ich mich entschied, es auszuprobieren. Innerhalb von 30 Tagen nach meiner eigenen IsaBody Challenge fühlte ich mich energetischer und hatte 5,5 kg verloren\*! Ich bin nicht die Art von Mensch, die zu Hause trainiert, deshalb liebe ich es, auf meine gute Ernährung vertrauen zu können.

Ich bin immer der Meinung, dass man eine Kombination aus einem zufriedenen Geist, Körper und Seele braucht. Isagenix hat mir geholfen, an diesen Punkt zu gelangen und so viel über mich selbst zu lernen - ich kenne keine andere Firma, die so etwas tut. Jetzt kann ich mein Gewicht auf gesunde und einfache Weise halten und ich habe eine echte Community erlebt, bei der sich alle gegenseitig unterstützen. Ich bin gesünder und glücklicher und das ist meiner Meinung nach etwas ganz Besonderes."

KASIA DEN DIJKER

**99** 

"Ich fühle mich großartig, mein Traum wurde wirklich wahr! Letztes Jahr saß ich bei meiner ersten Veranstaltung im Publikum und sah mir die IsaBody-Finalisten 2019 an. Ihre Geschichten haben mir gezeigt, dass man auch an seinem Tiefpunkt alles umkehren und die beste Version von sich selbst werden kann! Ich war so begeistert und beschloss in diesem Moment, dass ich nächstes Jahr mit meiner Geschichte auf der Bühne stehen würde, um andere Menschen zu inspirieren und der nächste IsaBody-Gewinner zu werden. Ich kann es immer noch nicht glauben, aber ein Jahr später hatte ich es wirklich geschafft!

Das Wichtigste für mich ist, dass ich der fitteste und glücklichste Mensch geworden bin, der ich jemals war. Ich habe mehr Selbstvertrauen, Energie und Freunde durch Isagenix gewonnen, einen Körper, auf den ich stolz bin und ich bin die Person geworden, die ich auch wirklich sein möchte!"

WILLEMIANGE







