



# Basic Supreme Protokoll

(40 Tage)

## Ernährung

- a. Vermeiden Sie Tabak, Koffein, Alkohol, Speisezucker, Süßstoffe, Geschmacksverstärker und Transfette; gluten- und kuhmilchfreie Ernährung
- b. Nehmen Sie ausreichend Flüssigkeit zu sich (2-3L stilles Wasser/ungesüßter Tee)
- c. Betonen Sie gesunde Fett- und Proteinquellen und essen Sie so viel Gemüse wie Sie möchten

## Einnahmeschema

Nahrungsergänzungen	Frühstück	Mittagessen	Abendessen	vor dem Bett
Multi Supreme	3 Kapseln			
D3 Supreme	10 Tropfen			
Ester-C Supreme	3 Kapseln			
Omega 3 Supreme	2 Kapseln			2 Kapseln
Bone&Teeth Supreme				3 Kapseln

Im Anschluss an das **BHP®** oder **DTX** - Protokoll empfiehlt es sich, die wichtigsten Mikronährstoffe in geringerer Konzentration weiterhin einzunehmen, um den Körper grundsätzlich gesund und leistungsfähig zu halten. Unser von Stress geprägter Alltag verbraucht viel mehr Nährstoffe als man erwarten würde. Die mangelhafte Qualität der Böden liefert nicht mehr genug Mineralien und grundsätzlich bekommen wir zu wenig Sonne, um unseren Vitamin D3 Speicher zu füllen. Im Gegensatz zu den meisten Tieren ist der Mensch nicht mehr in der Lage Vitamin C selbst herzustellen, was besonders in Phasen von chronischem Stress immense gesundheitliche Folgen haben kann.

## Bleiben sie gesund und leistungsfähig!

Die im Basic Supreme Protokoll empfohlenen besonderen Nahrungsergänzungsmittel sind ausschließlich im Direktvertrieb beim Hersteller erhältlich. Produktbeschreibungen, Preise und Bestellmöglichkeiten sind zu erfahren unter [www.bioaestheticsltd.de](http://www.bioaestheticsltd.de) oder per E-Mail an [info@bioaestheticsltd.de](mailto:info@bioaestheticsltd.de)

### Hinweis zur Kostenerstattung:

Nahrungsergänzungsmittel gehören nicht zu den Leistungen der Krankenkassen, Privaten Krankenversicherungen oder Beihilfestellen. Eine Kostenerstattung ist deshalb ausgeschlossen.