



VIANESSE®

zum Wohlbefinden



Darmsanierung und Muskelaufbau der Schlüssel zum Wohlbefinden

In welcher Verfassung Sie sich auch immer befinden:

- ob Sie eine gute Figur haben oder diese verbessern möchten,
- ob Sie gut gelaunt oder depressiv sind,
- ob Sie gesund sind oder unter Beeinträchtigungen leiden,
- ob Sie eine frische oder müde Ausstrahlung haben,
- ob Sie eine straffe Haut haben oder Ihr Hautbild verbesserungswürdig ist,

alles hängt von der Ernährung Ihres Körpers ab:
Was Sie essen und wie Sie es verdauen.

Der Darm mit seiner Darmflora ist verantwortlich für die Aufnahme aller wichtigen Nährstoffe – die Muskulatur ist verantwortlich für den Stoffwechsel und die Fettverbrennung.

VIANESSE heißt:

„Auf dem natürlichen Weg sein“

Einfach · schnell · sicher · alltagstauglich · wohlschmeckend

Phytonährstoffe

Vitamine & Mineralien und deren Wirkungen



Bio-Granatapfel: die älteste Heilfrucht

Er enthält sekundäre Pflanzenstoffe und Polyphenole, Kalium, Calcium, Eisen, Vitamin C und Ellagitannin. Diese führen zur Verminderung von Fettablagerungen und einem erhöhten Schutz vor UVB-Strahlung. 250 wissenschaftliche Studien belegen die positive Wirkung auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Arthritis.



Acerolakirsche: die Vitamin C-Bombe

Sie hat einen hohen Gehalt an Vitamin C, dient als Schutz vor freien Radikalen, hemmt die Hautalterung, fördert die Hautreinigung und stärkt das Immunsystem.



Bio-Flohsamen: der Darmsanierer

Er wird alternativmedizinisch angewandt bei chronischer Verstopfung, Entzündungen im Magen-Darm-Trakt und hat eine positive Auswirkung auf das Wachstum darmfreundlicher Bakterienstämme.



Bio-Sanddorn: die geballte Lichtenergie

Er enthält einen hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren, die Vitamine B1, B2, B12, E und K, das Provitamin A, Spurenelemente, Calcium, Kalium, Magnesium, Eisen, Zink sowie sekundäre Pflanzenstoffe und Bio-Flavonoide. Sand-

dorn fördert die Leistungsfähigkeit der Immunabwehr vor allem bei erhöhter körperlicher und geistiger Belastung. Flavonoid-Extrakte aus Sanddorn führen ebenfalls zu einer verbesserten Funktion der Blutgefäße, was sich positiv auf Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems auswirkt. In der Naturheilkunde wird Sanddorn vor allem zur Behandlung des Immunsystems, Lungenkrankheiten, Störungen von Magen, Darm, Leber, Milz, Frauenleiden, rheumatischen Beschwerden und Ödemen an denen Gelenken sowie zur Unterstützung bei Chemo- und Strahlentherapien verwendet.

Früchte enthalten viel Zucker und Säure, die sich ungünstig auf das Wohlbefinden auswirken können. Das wirklich Wertvolle sind die Phytonährstoffe mit ihren Vitaminen und Mineralien, die in den Fruchtfasern enthalten sind. Die Fasern sind wertvolle Ballaststoffe und reduzieren das Risiko für Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Sie haben zudem einen positiven Einfluss auf das Darmmilieu und fördern die Darmperistaltik.



Bio-Blaubeere: die Anti-Aging-Frucht

Blaubeeren sind die kleinen antioxidativen Kraftwerke der Natur, daher gelten sie als die Anti-Aging-Frucht. Sie haben einen hohen Gehalt an Flavonoiden, Mineralstoffen wie Eisen, Calcium, Magnesium und Kalium, Ballaststoffen, an den Vitaminen C, A, B, E und an Beta Carotin. Blaubeeren haben eine positive Wirkung auf die Verdauung und die Blutstillung. Sie wirken beruhigend, sind antibakteriell und entzündungshemmend. Sie beugen Akne vor, verhindern eine vorzeitige Hautalterung und Falten und helfen, Cellulite abzubauen.



Bio-Orangefasern: der Vitamin C-Speicher

Sie enthalten Kalium, Magnesium und sekundäre Pflanzenstoffe. Die Bitterstoffe beugen oxidativem Stress vor, regen den Fettstoffwechsel an und verbessern die Eisenaufnahme. Das enthaltene Flavanon Hesperidin wirkt entzündungshemmend, senkt das Gesamtcholesterin und erhöht das gute HDL-Cholesterin.



Bio-Apfelfasern: der Schlankheits-Tipp

In der ayurvedischen Medizin bekannt als reinigendes Heilmittel. Sie regen die Lebertätigkeit an, sind harntreibend, lindern Gicht, sind blutreinigend und unterstützen den Muskelstoffwechsel. Sie enthalten Phosphor, Calcium, Magnesium, Eisen und Kalium.



Weizenfasern: die Ballaststoff-Quelle

Sie werden in der Alternativmedizin eingesetzt bei Verstopfung, Dickdarmvertikulose, Entzündungen der Darmwand, Übergewicht und Diabetes und Erkrankungen der Herz-Kreislauf-Gefäße.



Ananasfasern: das Basen-Depot

Sie liefern zahlreiche Mineral- und Spurenelemente. Ananas enthält Calcium, Kalium, Magnesium, Mangan, Phosphor, Eisen, Zink und den Neurotransmitter Serotonin, der für die Produktion von Glückshormonen verantwortlich ist. Ananasfasern sind zudem ideal bei Übersäuerung.

Leben – wie es mir gefällt!



Vitamine und Mineralien sind für den Körper lebensnotwendig und wirken als Radikalfänger

Ob Vitamine und Mineralien in unserem Körper aufgenommen werden und wirken können, hängt vom Zustand des Darms ab. Deshalb ist die Sanierung und Gesunderhaltung des Darms von ganz entscheidender Bedeutung.

Tritt ein Mangel an Vitaminen und Mineralien auf, kann dies schwerwiegende Folgen haben:

- Vitamin A** Wachstums- und Knochenbildungsstörung, Talgdrüsenverhornung
- Vitamin B1** Kopfschmerzen, Schweißausbrüche, Juckreiz, Stoffwechselanomalie
- Vitamin B2** Wachstumsstörungen, Entzündung der Schleimhäute
- Vitamin B6** Dermatitis (Mund, Lippe, Nase, Auge) Reizbarkeit
- Vitamin B12** Rückenmarkschädigungen
- Vitamin C** schlechte Eisenaufnahme, Skorbut
- Vitamin E** Leistungs- und Konzentrationsschwäche, Müdigkeit, Reizbarkeit, Wundheilungsstörungen, Hemmung der Zellteilung
- Biotin** Dermatitis, Haarausfall, Anorexia, Übelkeit, Depression
- Calcium** schwache Blutgerinnung, Nerven- und Muskelbeschwerden, Osteoporose
- Magnesium** Muskelkrämpfe und Herzrhythmusstörungen
- Niacin** Dermatitis mit Hyperpigmentierung bei sonnenexponierter Haut
- Pantothensäure** Müdigkeit, Schwäche, Schlafstörungen, Dermatitis, schmerzhaft und brennende Füße

Quellenangaben: *Pschyrembel Klinisches Wörterbuch (266. Auflage)*

Darmsanierung und Muskelaufbau

die wichtigsten Faktoren
zum Wohlbefinden

VIANESSE Prebiotic Kaudrops zur Unterstützung der Darmsanierung



Ballaststoff-Quelle

Bio-Apfelfasern, Bio-Granatapfelfasern, Bio-Flohsamen, Bio-Orangefasern, Weizenfasern ohne Gluten, Ananasfasern, Acerola-Kirsche-Fruchtpulver, natürliches Vitamin C, E, B1, B2, B6, B12, Folsäure, Pantothensäure, Biotin, Magnesium, Calcium, Niacin

VIANESSE BODY SHAPE zur Unterstützung des Muskelaufbaus



Hochwertige Aminosäuren-Quelle

Alle essenziellen Aminosäuren, Laktalbuminkonzentrat, Bio-Apfelfasern, Bio-Flohsamen, Acerola-Kirsche-Fruchtpulver, natürliches Vitamin C, E, B1, B2, B6, B12, Pantothensäure, Calcium, Niacin

Je nach Geschmack:

Natur, Vanille, Schokolade,

Saisonal: Bio-Sanddorn oder Bio-Blaubeere

Biologische Wertigkeit **VIANESSE** Eiweiß 104

Die biologische Wertigkeit gibt Auskunft darüber, wie gut das Eiweiß in der Muskulatur eingebaut wird.

Frei von Genveränderungen, Pestiziden, Schwermetallen, Dopingsubstanzen.

Ohne Zusatz von: Zucker, Konservierungsstoffen, Farbstoffen, Geschmacksverstärkern. Für Diabetiker geeignet.

Ökologischer Landbau: Zertifiziert DE-070 ÖKO-Kontrollstelle, Kontrollnummer DE-BW-070-5068 BD

VIANESSE Messtabelle



Da Muskeln schwerer sind als Fett, sind nicht die Kilos auf der Waage, sondern der Umfang gemessen in Zentimetern für Ihren Erfolg entscheidend. Messen Sie einmal pro Woche!

Durch meine Umstellung auf das VIANESSE-Konzept hat sich folgendes verändert: (bitte Körperteile abmessen und Zentimeter eintragen)

1 rechter Oberarm	3 Brustumfang	5 Bauch	7 rechter Oberschenkel	9 rechter Unterschenkel
2 linker Oberarm	4 Taille	6 Hüfte	8 linker Oberschenkel	10 linker Unterschenkel

Name: _____

Datum	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Summe



VIANESSE Wohlfühlpass

Hier trage ich die Noten **1-5** in die Tabelle ein.
 Ich kann verfolgen, was sich bei mir verändert.
 So dokumentiere ich meinen Erfolg.

Bewertung: 1 = sehr zufrieden / 2 = zufrieden / 3 = unzufrieden / 4 = Beschwerden / 5 = starke Beschwerden

	Start	7 Tage	2 Wochen	4 Wochen	3 Monate
Verdauung					
Heißhunger					
Sodbrennen					
Blähungen					
Essverhalten					
Mundgeruch					
Zahnstein					
Umfang					
Gewicht					
Cellulite					
Augenränder					
Sehkraft					
Müdigkeit					
Schlafstörung					
Migräne					
Lebensqualität					
Haare / Fingernägel					
Hautprobleme					
Gereiztheit					
Blasenschwäche					
Muskulatur					
Dekolleté					
Bindegewebsstraffung					
Reiterhosen					
Lymphödeme					
Selbstwertgefühl					
Stimmungsschwankungen					
Rückbildung schlaffer Haut					
Nervosität					
Beweglichkeit					
Nahrungsunverträglichkeiten					
Allergien					
Infekte					
Schmerzen					
Bauch- und Wadenkrämpfe					
Kribbeln / Taubheit					
Arthrose / Gicht					
Diabetes					
Medikamentenkonsum					
Alkoholkonsum					
Wechseljahresbeschwerden					



VIANESSE®



Wohlbefinden
kann so einfach sein

überreicht durch:

