

POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM

POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM ist eine komplette Ersatz-Mahlzeit in Übereinstimmung mit § 14a der Diät-Verordnung zur Gewichtsreduktion. **POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM** ist ein Lebensmittel für eine kalorienarme Ernährung, das gemäß der EG-Richtlinie 96/8 alle für einen Tag erforderlichen Nährstoffe in angemessener Menge enthält. Durch seine besondere Zusammensetzung baut man mit Hilfe von **POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM** Körperfett ab, schützt aber zugleich die so wichtige stoffwechselaktive Körperzellmasse, insbesondere die Muskulatur. Die Kohlenhydrate in **POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM** haben einen niedrigen Glykämischen Index (Zuckeranteil). Der Glykämische Index gibt an, wie stark und wie schnell der Blutzucker nach dem Verzehr einer bestimmten Menge eines bestimmten Nahrungsmittels ansteigt.

Je höher der Glykämische Index (GI) einer Mahlzeit, desto höher ist die Insulinausschüttung. Ein zu hoher Insulinwert hat folgende nachteilige Eigenschaften: er fördert den Transport von Fett in die Fettzelle, er hemmt den Fettabbau, er fördert die Cholesterinproduktion und er macht hungrig.

POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM ist gezielt mit 23 Nährstoffen ergänzt, die zu wichtigen normalen Körperfunktionen beitragen.

Wende **PREMIUM SLIM** nach unseren 3 Phasen-Plan an.

- **Bezeichnung: Lebensmittel für kalorienarme Ernährung zur Gewichtsreduktion mit Zuckerarten und Süßungsmittel**
- **Gewichtsreduktion leicht gemacht mit dem dem 3-Phasen-Plan!**
- **Vollständige Ersatznahrung in Übereinstimmung mit § 14a der Diät-Verordnung**
- **Enthält alle für einen Tag erforderlichen Nährstoffe**
- **Gewichtsreduktion, Fettabbau, Gewichtsstabilisierung**
- **Folgende Nährstoffe tragen zu wichtigen Körperfunktionen bei:**
 - **Protein zum Erhalt und zur Zunahme von Muskelmasse**
 - **Vitamin C, B2, Selen und Vitamin E tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress (Schäden) zu schützen**
 - **Selen und Eisen tragen zur normalen Funktion des Immunsystems bei**
 - **Vitamin D, Calcium und Magnesium tragen zur normalen Aufrechterhaltung der Muskelfunktion bei**
 - **Magnesium trägt zum Elektrolyt-Ausgleich bei**
 - **Magnesium trägt zur normalen Funktion des Herzmuskels bei**
 - **Eisen, Vitamin B2, B6, B12 und Niacin tragen zur Verminderung von Müdigkeit und Erschöpfung bei**
 - **Vitamin B12 trägt zu normalen, neurologischen und psychischen Funktionen bei**
 - **Pantothensäure trägt zur normalen Synthese und Stoffwechsel der Steroidhormone bei**
 - **Zink trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Serum-Testosteronspiegels bei**
 - **Vitamin B6 trägt zur Regulation der hormonellen Aktivität bei**
 - **Selen trägt zu einer normalen Spermabildung bei**
 - **Zink trägt zur normalen Fruchtbarkeit und Fortpflanzung bei**
 - **Biotin und Mangan tragen zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei**
 - **Folsäure trägt zur normalen Aminosäuren-Synthese bei**
 - **Mangan und Kupfer tragen zur normalen Bildung des Bindegewebes bei**
 - **Vitamin A und Kupfer tragen zur Aufrechterhaltung normaler Haut bei**
- **Ohne Aspartam**
- **Ohne künstliche Farbstoffe**
- **Ohne glutenhaltige Zutaten**
- **Für Vegetarier geeignet**
- **4 Geschmacksrichtungen**
- **25 Portionen pro Dose**
- **Rohstoffe in geprüfter Arzneibuch-/Pharmaqualität**

Hinweis:

Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung, sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung.

Die europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (**EFSA**) hat in einem sehr strengen wissenschaftlichen Bewertungsverfahren die Wirkung von Proteinen, der Spurenelementen, der Mineralstoffe und der Vitamine untersucht, wie diese in **POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM**

enthalten sind. Die unabhängigen Wissenschaftler sind dabei zu dem Ergebnis gelangt, dass die genannten Nährstoffe für die Gesamtbevölkerung einen Beitrag zu den oben beschriebenen Körperfunktionen leisten können. Diese wichtige Verbrauchsinformation ist deshalb sogar gesetzlich zugelassen und darf ausdrücklich gemacht werden. Bei Einhaltung der Verzehrsempfehlung wird eine Menge an den o.g. Nährstoffen erreicht, die ausreicht, um die beschriebenen positiven Wirkungen zu erzielen; dies gilt für die Gesamtbevölkerung.

3 PHASEN-PLAN zum Abnehmen mit PREMIUM SLIM

1. Einstiegsphase

Die Einstiegsphase ist eine zwei- bis dreitägige, eiweißersetzende Fastenphase, in der die Ernährung ausschließlich aus **POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM** besteht.

Bis zu 5 x täglich (je nach Hungergefühl), das heißt etwa alle 3 Stunden, wird 1 Portion wie angegeben eingenommen.

Um eine Verminderung der Stoffwechselleistung zu verhindern, ist es von Vorteil, alle 5 Drinks auch ohne Hungergefühl zu nehmen.



2. Abnehmphase

Die Abnehmphase schließt sich direkt an die Einstiegsphase an und wird bis zum Erreichen des individuellen Wunschgewichts durchgeführt. In dieser Zeit werden zwei Hauptmahlzeiten pro Tag durch **POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM** ersetzt. Eine Mahlzeit sollte individuell aus einer fettarmen, vollwertigen Mischkost (600 kcal) bestehen. Welche Mahlzeiten Du ersetzt, bleibt dir überlassen.



3. Festigungsphase

Die Festigungsphase schließt sich direkt an die Abnehmphase an, um das Erreichte zu halten. Ersetze nur noch eine Mahlzeit nach bekanntem Schema mit **POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM**. Die verbleibenden 2 Hauptmahlzeiten gestalte bitte individuell mit einer fettarmen, vollwertigen Mischkost (600 kcal). Solltest Du zu der Gruppe gehören, die ab und zu schwach werden, verbleibe in der Festigungsphase. Welche Mahlzeiten Du ersetzt, bleibt dir überlassen.



Die Erhaltungsphase

Dies ist die schwierigste Phase. Jetzt gilt es das Erreichte zu bewahren. Du solltest nun nach der Festigungsphase wissen welche Kalorienmenge Deinem täglichen Verbrauch entspricht, so dass Du weder zu- noch abnimmst. Idealerweise sollte diese Kalorienmenge mit 3 vollwertigen gesunden Mahlzeiten verzehrt werden. Da dies in der Praxis relativ schwierig ist wollen wir dir einige proteinreiche Nahrungsergänzungen vorschlagen die zu jeder Zeit in deinen Ernährungsplan eingebaut werden können.

Zutaten: Milcheiweiß*, Fructose, Maltodextrin, Inulin, Verdickungsmittel Johannisbrotkernmehl, Kakao (bei Geschmacksrichtungen Rahm-Nuß und Schoko), Calciumcarbonat 1,18g, Magnesiumcarbonat 1,04g, Vitamine (Vitamin C, Niacin, Vitamin E, Pantothensäure, Vitamin B6, Vitamin B2, Vitamin B1, Vitamin A, Folsäure, Biotin, Vitamin D, Vitamin B12; Mengen: siehe Tabelle), Aroma, Eisenpyrophosphat 0,096g, Zinksulfat 0,052g, Kupfersulfat 0,0065g, Manganchlorid 0,0052g, Süßungsmittel Saccharin, Cyclamant und Acesulfam K, Natriumselenit 0,00031g, Kaliumiodid 0,00024g.

*: Ein aus Milch gewonnenes Erzeugnis, das Laktose enthält

Verzehrempfehlung für POWERSTAR FOOD PREMIUM SLIM:

Pro Mahlzeit wird eine Portion à 20 Gramm Pulver (2 Messlöffel) in 300 ml Milch oder 300 g eines Milcherzeugnisses wie Quark, Joghurt oder Kefir (jeweils mit 1,5 % Fett) eingerührt und verzehrt. Vor der Zubereitung noch 1,6 g Sonnenblumenöl (1/8 Messlöffel) zu dem Pulver hinzufügen.

Bitte halte diese Empfehlungen ein, da dieses Präparat nur so und im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung, sowie in Kombination mit anderen Lebensmitteln den angestrebten Zweck erfüllt.

Während der Einnahme sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden (pro Tag sind mindestens 2 Liter Flüssigkeit in Form von zucker- und alkoholfreien Getränken empfehlenswert)

Die Füllhöhe ist technisch bedingt und kann variieren. Die Abfüllung erfolgt gewichtskontrolliert. Nach jedem Gebrauch sorgfältig verschließen! Trocken, kühl und außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren!

Ungeöffnet und kühl aufbewahrt mindestens haltbar bis Ende und Chargen-Bezeichnung siehe Boden.

Lagerung:

Dose immer verschlossen, kühl, trocken und außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Anbieter:

POWERSTAR FOOD
Nahrungsergänzungen GmbH
Hauptstr. 152
D-66424 Homburg
Tel:0049684872123
www.powerstarfood.de

Nährwertangaben, Energieangaben und Zusammensetzung :

Nährwert - und Energieangaben (durchschnittlich)	1 Portion à 20 g Pulver + 1,6 g Sonnenblumöl mit 300 ml Milch (1,5% Fett)	pro 100 g PREMIUM SLIM
Energie	220,31 kcal / 928,62 kJ	329,07 kcal / 1.398,11 kJ
Broteinheit (BE)	1,84 BE	3,19 BE
Eiweiß	19,14 g	43,20 g
Kohlenhydrate	22,06 g	38,28 g
Ballaststoffe	2,26 g	11,30 g
Fett	6,17 g	0,35 g
davon Linolsäure	1,02 g	0,00 g

Zusammensetzung (durchschnittlich)	1 Portion à 20 g Pulver + 1,6 g Sonnenblumöl mit 300 ml Milch (1,5%Fett)	pro 100 g PREMIUM SLIM	% NRV*
Vitamin B1	0,56 mg	2,28 mg	51,0 %
Vitamin B2	1,04 mg	2,61 mg	74,0 %
Vitamin B6	0,75 mg	3,23 mg	53,6 %
Vitamin B12	1,57 µg	1,63 µg	62,7 %
Biotin	59,16 µg	243,96 µg	118,3 %
Pantothensäure	2,98 mg	9,74 mg	49,7 %
Folsäure	78,57 µg	325,47 µg	39,3 %
Nicotinamid	6,17 mg	29,26 mg	38,5 %
Vitamin C	24,70 mg	97,61 mg	30,9 %
Vitamin E	3,46 mg	16,25 mg	28,8 %
Vitamin A	304,00 µg	1.299,60 µg	38,0 %
Vitamin D	1,73 µg	8,13 µg	34,6 %
Kalium	526,00 mg	305,00 µg	26,3 %
Phosphor	354,00 mg	425,00 mg	50,6 %
Calcium	459,00 mg	670,00 mg	57,4 %
Natrium	184,00 mg	230,00 mg	**
Magnesium	95,00 mg	310,00 mg	25,3 %
Eisen	5,15 mg	24,72 mg	36,8 %
Zink	4,34 mg	13,06 mg	43,4 %
Kupfer	0,40 mg	1,71 mg	39,9 %
Mangan	0,35 mg	1,71 mg	26,4 %
Jod	39,61 µg	151,40 µg	26,4 %
Selen	18,66 µg	93,29 µg	33,9 %

Die Nährwert - und Energieangaben sowie die Angaben der Zusammensetzung unterliegen den bei Lebensmittel üblichen Schwankungen.

*: In Prozent der Referenzwerte laut Lebensmittelinformationsverordnung

** : Kein NRV festgelegt

