



# GRACIAS POR ELEGIR drink6

Mantén tu cuerpo lleno de **energía** y **vitalidad** con productos sanos y deliciosos.

ESTA GUÍA TE AYUDARÁ  
CON TU PLAN

**BODY RESET - 19 DÍAS**

Cambia tu cuerpo en poco tiempo y sin esfuerzos  
19 días de cuidados divididos en 3 fases



## BIENVENID@

al **Club My Healthy World**, donde todas tus compras suman puntos que podrás canjear por descuentos y regalos.

## LO PRIMERO QUE DEBES SABER



Mantén tus productos **en la nevera.**



**Agita** cada zumo antes de beberlo.



Sopas y platos, **abrir o pinchar** la parte superior antes de calentar en el microondas.



Nuestros productos **conservan** todos sus nutrientes.



Nuestros productos se pueden **congelar.**

Recuerda que son **PRODUCTOS FRESCOS**, y su fecha de caducidad es relativamente corta (normalmente de **15 días**)



**Pueden variar los productos en función de la temporada**

**La pérdida de peso no es el objetivo principal de una dieta detox**, aunque puede contribuir a ello. El objetivo es: Una buena forma de iniciar un cambio hacia una alimentación más saludable, eliminar toxinas y hacer un reset de nuestro organismo y estar más sano

## QUÉ HACER ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DE TU PLAN

### UN DÍA ANTES

Os recomendamos 3 cosas para tener los **mejores resultados** para tu desintoxicación



Elimina la carne de tu dieta



Procura tomar sólo fruta y verdura



¡Bebe mucha agua!  
Intenta no tomar alcohol, tabaco, café...

# ¡COMIENZA TU DETOX!



No necesitas comer nada más, el plan te aporta todas las calorías que necesitas, sólo recuerda tomar los productos en el orden y en los horarios indicados.



Es importante beber mucha agua y si quieres té verde o infusiones.

¡Intenta evitar el café!



## Día 1-3



**07:00-09:00h**  
Zumo Naranja,  
Zanahoria y Mango

**10:00-12:00h**  
Zumo Piña,  
Manzana  
y Menta

**13:00-15:00h**  
Zumo Aguacate  
y Espinacas

**16:00-18:00h**  
Zumo Mango,  
Espinacas y  
Semillas de Chía

**19:00-21:00h**  
Zumo Limón  
y Cayena

**22:00-23:00h**  
Zumo Avena,  
Piña y Fresa

## Día 4-7



**07:00-09:00h**  
Shot Energy

**10:00-12:00h**  
Agua de  
Carbón

**13:00-15:00h**  
Zumo Aguacate  
y Espinacas

**16:00-18:00h**  
Zumo Mango,  
Espinacas y  
Semillas de Chía

**19:00-21:00h**  
Zumo Limón  
y Cayena

**22:00-23:00h**  
Zumo Aguacate y  
Espinacas  
(230ml) + Shot

## Día 8-10



**07:00-09:00h**  
Zumo Naranja,  
Zanahoria y Mango

**10:00-12:00h**  
Zumo Piña  
y Manzana

**13:00-15:00h**  
Crema

**16:00-18:00h**  
Zumo Mango,  
Espinacas y  
Semillas de Chía

**19:00-21:00h**  
Zumo Limón  
y Cayena

**22:00-23:00h**  
Crema

Días  
11-14



<b>07:00-09:00h</b>	<b>10:00-12:00h</b>	<b>13:00-15:00h</b>	<b>16:00-18:00h</b>	<b>19:00-21:00h</b>	<b>22:00-23:00h</b>
Shot + Zumo de limón y cayena 230ml	Zumo Aguacate y Espinacas 230ml	Crema	Zumo Mango, Espinacas y Semillas de Chía	Zumo Aguacate y Espinacas 230ml	Crema

Días  
15-19



<b>07:00-09:00h</b>	<b>10:00-12:00h</b>	<b>13:00-15:00h</b>	<b>16:00-18:00h</b>	<b>19:00-21:00h</b>	<b>22:00-23:00h</b>
Zumo Naranja, Zanahoria y Mango	Zumo Piña, Manzana y Menta	Plato Preparado	Plato Preparado	Crema	Crema

\*Incluiremos zumos variados para cada día. Si tienes alguna preferencia o hay algún sabor que no quieras recibir, indícanoslo.

Para potenciar el programa te añadimos de REGALO nuestros productos estrella de pérdida de grasa: 2 paquetes de Day Tea Fat burn para tomar una infusión todas las mañanas y 2 cajas de Energy shot (24 unidades) para tomar un shot a lo largo del día.

## DESPUÉS DE TU DETOX

Aprovecha la oportunidad  
Para dejar las cosas  
que no te convienen  
no te gustan y  
seguir comiendo  
verduras y fruta.



# ¡FELICIDADES POR EMPEZAR TU DETOX BODY RESET!

Has conseguido dar un primer paso para llevar una alimentación saludable, **no pares ahora**, sigue manteniendo una **vida saludable con nosotros**. Te podemos ayudar con el resto de nuestros productos para que aportes **energía y vitalidad** a tu cuerpo de una forma **100% natural y sin esfuerzos**.

# GRACIAS

No podríamos ser la marca líder sin la ayuda de nuestros nutricionistas, médicos, profesionales de la alimentación y chefs.

Juntos creamos productos que mejoran la vida de las personas.

**GRACIAS POR CONFIAR EN NOSOTROS PARA LLEVAR UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE**



911 863 336 | [info@drink6.com](mailto:info@drink6.com)

[www.drink6.es](http://www.drink6.es)