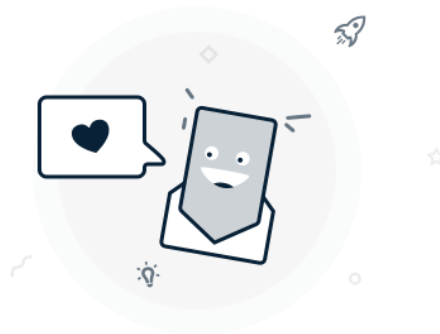




Checkliste:

7 Schritte wie du Stress schnell abbaust und abnehmen kannst!



Du fühlst dich **ausgelaugt, müde, gestresst** und bist schnell **gereizt**?

Das liegt an einem **stark erhöhten Cortisol Spiegel**.

Schritt für Schritt zum Stressabbau und zu mehr Gelassenheit:

1. Lerne **welche Nährstoffe nötig** sind, um deinen Stresslevel zu senken und mehr Energie zu haben.
2. Nimm die **richtigen Nährstoffe** zur **richtigen Tageszeit** ein.

3. Spüre wie Dein Körper mit Hilfe der Nährstoffe das **Cortisol abbaut**.
 4. Erhalte schon in den ersten Tagen deutlich **mehr Energie**.
 5. Erledige Deinen Berg Arbeit plötzlich mit **mehr Gelassenheit**.
Alles fällt Dir leichter und der Berg scheint nicht mehr so hoch wie vorher!
 6. Du bist generell **entspannter** und das **überträgt** sich auch **auf deine Kinder und Familie**.
 7. Im Idealfall **nimmst du jetzt auch ab** – vorausgesetzt, deine Gewichtszunahme kam aufgrund des hohen Stresses!
-

Wenn **Du dieser Checkliste folgst**, dann wirst du **Schritt für Schritt** merken, dass Du plötzlich **viel weniger Stress** empfindest und **sogar mehr Energie** hast!

Du verspürst wieder deutlich **mehr Freude** am Leben und **alles fällt dir deutlich leichter**.

⇒ Du hast **keine Zeit** oder **keine Lust, zu recherchieren** welche Nährstoffe Du benötigst?

⇒ Du möchtest **schnellere Ergebnisse** und dich schon **in spätestens 2 Wochen besser fühlen?**

⇒ **Dann** komme in unser **Vital4Mum Programm!** **Klicke** einfach auf den **Button**:

Hier klicken:
Jetzt zu Vital4Mum und in 2 Wochen besser fühlen!