Dane aktualne na dzień: 29-03-2024 10:21

Link do produktu: https://e-drogeria24.pl/lr-lifetakt-herbata-ziolowa-250g-p-735.html



LR LIFETAKT Herbata ziołowa 250g

Cena	**89,90 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**do 3 dni**
Numer katalogowy	**LR80205**
Producent	**LR Health & Beauty**

Opis produktu

Herbata ziołowa Figuactiv

Picie dużej ilości płynów jest szczególnie ważne nie tylko podczas diety. Niemieckie Towarzystwo ds. Żywienia zaleca picie co najmniej 1,5 litra płynów dziennie. Jako wyjątkowa mieszanka różnych ziół, herbata Figuactiv to przyjemny sposób na ugaszenie pragnienia.

Zawiera: zieloną herbatę, liście mate, korę lapacho, liście pokrzywy, herbatę rooibos, trawę cytrynowa, korzeń lukrecji.

Sposób przygotowania: 1-2 czubate łyżeczki herbaty zalać wrzątkiem (około 200 mil, przykryć i pozostawić do zaparzenia na około 5-7 minut. Odcedzić. Najlepiej wypijać 3-4 filiżanki herbaty dziennie. wystarcza na przygotowanie około 100 filiżanek napoju.

Herbata nie zawsze musi być gorąca! Co powiesz na orzeźwiający napój? Dodaj do schłodzonej herbaty odrobinę soku z cytryny, pomarańczy lub gazowanej wody mineralnej. Dodaj kostki lodu i udekoruj listkami mięty - zdrowy, letni napój jest już gotowy.

Ile płynów należy pić i które napoje wybierać?
Należy przyzwyczaić się do picia co najmniej 2-2,5 litra napojów dziennie. Właśnie podczas diety organizm potrzebuje więcej płynów niż zwykle. Woda mineralna i niesłodzone herbaty (np. herbata ziołowa Figuactiv) nie zawierają kalorii. Picie płynów pobudza przemianę materii i organizm musi stale pracować. Aby przyjmować wystarczającą ilość płynów, radzimy trzymać się określonego harmonogramu. Alkohol hamuje spalanie tłuszczu i dodatkowo zawiera kalorie. Dlatego zasadniczo nie zaleca się spożywania alkoholu podczas diety. Oczywiście przy szczególnych okazjach można zrobić wyjątek, jednak powinien to być wyjątek.

Zawartość: 250g