

「集中3日間ファスティング」 ビューティセット 7daysプラン

The Professionalism
of
Inner Beauty

	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目以降			
朝食	ハーブザイム® 30mL	ハーブザイム® 30mL	← 酵素ファスティング期間 →			ハーブザイム® 30mL	ハーブザイム® 30mL	ハーブザイム® 30mL			
昼食	プロテイン ナチュラ 食前1袋 + 準備食 (ファストプロミールがおすすめ)	プロテイン ナチュラ 食前1袋 + 準備食 (ファストプロミールがおすすめ)	<p>1日にトータルで300mLの酵素を摂るようにしましょう。 1回にまとめて飲むのではなく、数回に分けて飲むのがおすすめです。 朝・昼・夜など3回に分けたり、家事やお仕事の合間など、ご自身のお好みのタイミングで5回~6回に細かく分けてお飲みください。 また、1日約2Lのファストプロウォーターを常温で10回以上に分けてこまめに飲むのが理想的です。</p>			プロテイン ナチュラ 食前1袋 + 回復食 (ファストプロミールがおすすめ)	プロテイン ナチュラ 食前1袋 + 回復食 (ファストプロミールがおすすめ)	プロテイン ナチュラ 食前1袋 + 通常食			
夕食	準備食 (ファストプロミールがおすすめ) + セブンファクタージュレ EX 1包	準備食 (ファストプロミールがおすすめ) + セブンファクタージュレ EX 1包				回復食 (ファストプロミールがおすすめ) + セブンファクタージュレ EX 1包	回復食 (ファストプロミールがおすすめ) + セブンファクタージュレ EX 1包	通常食 + セブンファクタージュレ EX 1包			
水	ファストプロ ウォーター 1L~1.5L	ファストプロ ウォーター 1L~1.5L				ファストプロ ウォーター 2L	ファストプロ ウォーター 2L	ファストプロ ウォーター 2L	ファストプロ ウォーター 1L~1.5L	ファストプロ ウォーター 1L~1.5L	ファストプロ ウォーター 1L~1.5L

ご注意：ファスティングは必ず自己責任のもと、無理せず実施してください。実施中、具合が悪くなった場合はすぐに中止してください。実施中は、1日当たり約1L~2Lの良質な水を、10回以上にこまめに分けて飲んでください。

ハーブザイム® 113 グランプロ シリーズ

酵素原液を高配合した
ハイクラス酵素シリーズ



プロテイン ナチュラ グランプロ

[オーツ 黒ごまきな粉/ココア/抹茶]
無添加*を実現。
100%植物性プロテイン



セブンファクタージュレ EX グランプロ

プロテオグリカン7,600µg配合
ハイクラス美容ジュレ



ファストプロウォーター グランプロ

“高付加価値水”
ファスティングサポート
ウォーター



ファストプロミール® ファスティング プログラムセット

準備食・回復食に
おすすめ!!



【備考欄】

プランや商品についてご不明点等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。