

Herzlich Willkommen



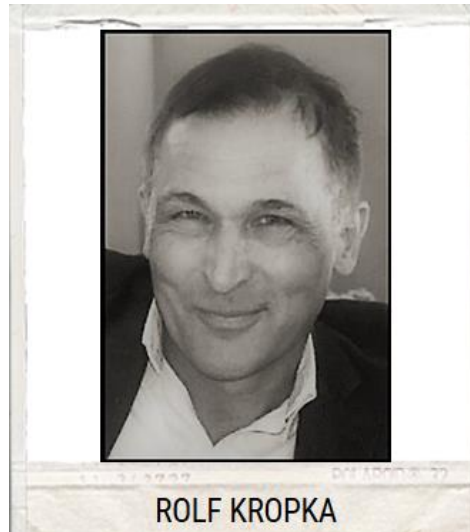
...schlanker, fitter und agiler leben

Das Konzept

rolf.kropka@relax-fitness.de

IQ 28[©]
by Rolf Kropka
STOFFWECHSELKUR

NATURA  **VITALIS**



Rolf Kropka betreibt seit Jahrzehnten Sportstudios. Rolf war Europameister in der Leichtathletik und gehört heute zu den gefragtesten Rednern zum Thema Fitness, Bewegung im Alter und gesünder Leben in nur 4 Wochen.

Sein Thema die: **IQ 28 Stoffwechselkur**

rolf.kropka@relax-fitness.de

in nur 28 Tagen....

- werden Sie eine nie dagewesene Reinigung der Zellen erfahren.
- Fettverbrennung hochfahren / nachhaltig das biologische Alter um 10 Jahre weniger
- ihr Übergewicht zwischen 4,7 - 10,3 kg reduzieren
- ihren Hormonhaushalt perfektionieren
- Sie verlieren zwischen min. 17 – 28 cm an Bauch und Hüfte
- Hohes Maß an Vitalitätwieder fühlen

IQ 28[©]
by Rolf Kropka
STOFFWECHSELKUR

NATURA  **VITALIS**

rolf.kropka@relax-fitness.de

Mit dem IQ Weight Management plus 2

IQ 28[©]
by Rolf Kropka
STOFFWECHSELKUR

NATURA VITALIS



rolf.kropka@relax-fitness.de

„Der Riese in Dir“!

IQ 28[©]

by Rolf Kropka

STOFFWECHSELKUR

NATURA VITALIS

Bewegung

Das Gesamt-
KONZEPT

IQ 28 Stoffwechselprodukte
von NATURA VITALIS

Der Erfolg...
4,7 - 10,3 kg
und über - 10cm
am Bauch

Nachhaltigkeit



der IQ 28
Trainer

Bestes
Essen



Das Konzept die IQ 28 Stoffwechselkur
von Rolf Kropka

4,7 - 10,3 kg in 28 Tagen

Die 28 Tage Stoffwechselkur wurde von mir mit den für dieses Programm einzigartigen Produkte von Natura Vitalis verfeinert.




- Das IQ Weight Management inkl. 30 Days Diet (natürliche Fettstoffwechsel- Wirkstoffe)
- CBD Shape: der Stoffwechselbooster schlechthin, weil diese Substanz –Turbogang! Multi- Layer- Pressling, unterstützt das basische Milieu, verstärkt den synergistischen Effekt der Wirkstoffe.
- Collagen Liftdrink





31 Teilnehmer in 28 Tagen im Juli 2019

Die Sieger in der Kategorie Gewichtsverlust:

1.  10,3 kg
2.  8,6 kg
3.  7,6 kg

Im Schnitt hatten die Teilnehmer 6,7 kg weniger!



Erfolge der 31 Teilnehmer in 28 Tagen

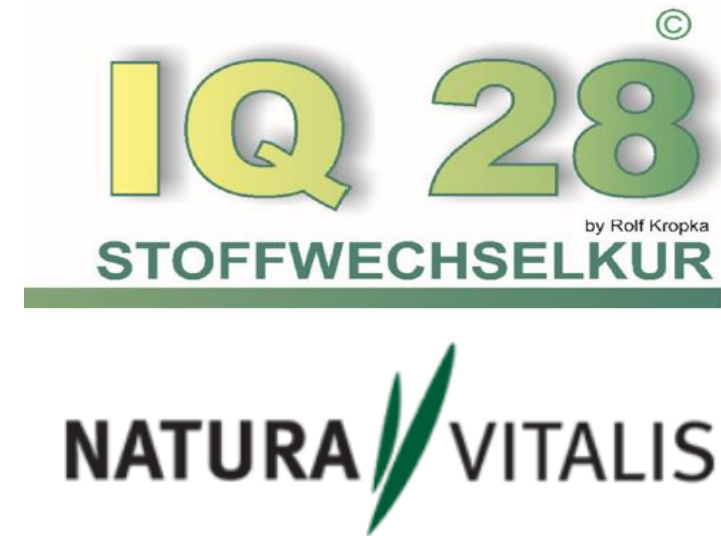
Sie verloren in dieser Zeit gesamt:

197,80 kg

Die Sieger in der Kategorie Umfangverlust- Bauch:

1. → 17,3 cm
2. → 15,2 cm
3. → 13,6 cm

Im Schnitt hatten die Teilnehmer 12,3 cm weniger!





Die Sieger der Kategorie Hüftumfang:

1. → 15,2 cm
2. → 13,5 cm
3. → 12,3 cm

Im Schnitt hatten die Teilnehmer 11,4 cm weniger!

Unsere Teilnehmer berichten..



- ☺ die alte Hose passt wieder – ebenso der Lieblingspulli
- ☺ meine Haut ist glatter geworden
- ☺ ich bin wieder beweglicher
- ☺ ich esse normal und nehme nicht mehr zu
- ☺ ich fühle mich so gut

Wie funktioniert es in 28 Tagen?

7 + 21



IQ Weight + 30
Days, shape,
Collagen

Plus
Gemüse

2. Woche

plus Khplus
Salat

3. Woche

Plus Obst plus
MACA!!!-
Woman 1

4. Woche

IQ 28
by Rolf Kropka
STOFFWECHSELKUR

NATURA VITALIS

Das Interessante CBD Shape erhöht zusätzlich die Anzahl der Mitochondrien und steigert deren Aktivität deutlich. Dies wiederum sorgt ebenfalls für eine stärkere Fettverbrennung, da die Mitochondrien die Kraftwerke der Zellen sind, in denen Fett verbrannt wird, um Energie zu erzeugen. Und - CBD geht noch weiter. Während das unglaublich vielfältige Cannabidiol die Anzahl der Mitochondrien erhöht, reduziert es gleichzeitig die Erneuerung von Fettzellen! So kann sich weniger Fett an den bekannten Problemzonen absetzen. Diese unglaubliche 3fach Wirkung hilft schon immens das Gewicht zu regulieren.

rolf.kropka@relax-fitness.de

Das Frühstück.....

die Presslinge Aminos + Multis von Natura Vitalis

- * 1 - 2 Tassen Grüner Tee,
- * 2 - 3 Eier (in den ersten drei Wochen ungesalzen) in jegliche Form
- * Naturjoghurt
- * 1 kl. IQ Weight Shake / Wasser
- * CBD Shape

NATURA VITALIS



Das Mittagessen....

die Presslinge Aminos + Multis von Natura Vitalis



Mediterrane Speisen....

....in den ersten drei Wochen ohne Salz. Nach 21 Tagen Meersalz

- * nach den sehr alten Weisheiten ältester Inselbewohner essen wir uns nur zu 80% satt!
- * ...nur in der ersten Woche eiweißreiche Nahrung ohne Obst und Gemüse.. (Reinigung Rezeptoren)
- * 1 - 2 Tassen kalter grüner Tee
- * Hähnchengerichte, Fisch, Rinderbrühe, Hülsenfrüchte, Sojasteak,
- * Olivenöl, auch Walnuß- Lein- Raps- Sojaöl.
- * 30 Days Diet
- * statt Essen auch jeden 2. Tag ein großer Shake unterwegs?!)
- * Collagen Lift DRINK
- * salzfrei

Merke: *Proteine werden nicht gespeichert, Fette und KH schon*

Das Abendessen....

die Presslinge Aminos + Multis von Natura Vitalis



1. Woche Eiweißreiche Woche

....in den ersten drei Wochen ohne Salz. Nach 21 Tagen Meersalz

- * nach den sehr alten Weisheiten ältester Inselbewohner essen wir uns nur zu 80% satt!
- * ...nur in der ersten Woche eiweißreiche Nahrung ohne Obst und Gemüse.. (Reinigung Rezeptoren)
- * 1 - 2 Tassen kalter Kräutertee
- * Fischgerichte, Hähnchen, Rinderbrühe, Sojasteak,
- * Olivenöl, auch Walnuß- Lein- Raps- Sojaöl.
- * 30 Days Diet
- * statt Essen auch jeden 2. Tag ein großer Shake unterwegs?!)
- * Collagen Lift DRINK
- * salzfrei

Merke: *Proteine werden nicht gespeichert, Fette und KH schon*

Die wohl wichtigsten Punkte ...in der ersten Woche

IQ 28[©]
by Rolf Kropka
STOFFWECHSELKUR

NATURA VITALIS

kein
Alkohol

keine
Süßgetränke

kein Salz

keinen Zucker,
keine
Schokolade,
Chips o.ä.

keinerlei
Fastfood

höheren
Wasserkonsum
als je zuvor!

rolf.kropka@relax-fitness.de

Wasserkonsum deutlich erhöhen!

1. 15 Minuten nach dem Essen
2. Überall bereitstellen - Vorbereitung!
3. Tee zusätzlich!

