



Лаборатория Тайных Ресурсов Организма

УСЛОВИЯ ПРОХОЖДЕНИЯ



Цели проекта FAT LAB

1. Привести массу тела к физиологической норме.
2. Перевести функционирование организма на получение энергии не из углеводов, а из жиров.
3. Ликвидировать в организме очаги хронического вялотекущего воспалительного процесса и тем самым предупредить серьезные заболевания, угрожающие жизни (сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, кожные процессы, онкологию).
4. Привить навыки здорового питания, употребления физиологической нормы воды.
5. Сохранить активное долголетие.

Инструменты, с помощью которых будут решаться цели и задачи FAT LAB

1. Строгое соблюдение принципов правильного питания.
2. Ежедневное употребление физиологической нормы воды.
3. Обязательное употребление Coral Detox с Пентоканом (2шт.в мес), Люцерной (2 баночки на мес.).
4. Физические нагрузки в привычном режиме.

Список продуктов для питания в FAT LAB на 4 и более месяцев

Запрещённые

Фрукты, сухофрукты, орехи, семечки;
Все крупы (рис, гречка, овсянка, перловка, пшено и т.д.);
Мука и продукты из муки (хлеб, лаваш, макаронные изделия);
Картофель, морковь, свекла, бобовые;
Шоколад, сладости, мёд.

Разрешённые

Мясо, сало, субпродукты (печень, язык, почки), птица, рыба, морепродукты
- с повторяемостью через 26 часов (более подробно на проекте);

Все виды масел: сливочное 82,5%, топленое, кокосовое, оливковое, подсолнечное; льняное, кунжутное, хлопковое, рапсовое и другие
- с осторожностью, так как содержат омега-6 (вызывают воспаление);

Сметана 20%, яйца, молочные продукты, сыр;

Овощи - все виды капусты, авокадо, кабачок, перец, помидоры, огурцы, баклажаны, сельдерей, лук, чеснок, укроп, руккола, шпинат, редис, редька, брюква, грибы.

О воде

На протяжении всего проекта норма воды - 50 мл на 1 кг массы тела!!!

Данный объём воды выпивать **дробно** в течении дня.
Последний приём суточной нормы до 19:30.

Вода фильтрованная с добавлением 1 саше coral-mine на 1,5 литра.

Это является **обязательным** условием проекта!

ВНИМАНИЕ!

- Все белковые продукты повторяются через 26 часов!
- Перед каждым приемом пищи принимается 1 капсула Ассимилятора!
- Исключаются перекусы!
- Не считаются калории и объём съеденной пищи!
- С чаем или кофе, вместо сладостей рекомендуется 1-2 таблетки Tasty B!
- Через час после каждого приёма пищи выпиваем дробную часть дневной нормы воды.
- Ужин съедается за 3 часа до сна (до 19:00).
- Ложимся спать до 23:00.
- Употребление Alfalfa (люцерна) 10-12 капсул перед сном, запивая кисломолочным продуктом.

Условия участия в проекте FAT LAB

1. В проекте может принять участие любой желающий человек, являющийся партнером Coral Club.
2. Участие в проекте бесплатное! Каждый участник достигает собственной цели с помощью инструментов, рекомендуемых авторами проекта.
3. Обязательным условием участия в проекте является употребление продукции Coral Club в указанном объеме: Coral Detox с Пентоканом (2 шт. в мес.) и Люцерной (2 баночки на мес.).
4. Доказательством приема продукции будет фото чека, свидетельствующего о приобретенной продукции (представляется своему спонсору, наставнику).
5. Каждый участник проекта обязан вести дневник, в котором будут фиксироваться исходные параметры измерений и биохимия крови (Измерения объемов тела будут производиться каждый месяц, а биохимические показатели до начала проекта и после его окончания).
6. При невыполнении указанных условий, участник будет исключаться из проекта.

Александр и Ольга Подхомутниковы

- В нашем проекте нет ничего запретного для любого состояния!
- Мы формируем другие привычки в жизни.
- Учимся пить свою физиологическую норму воды. Вес тела делим пополам. Из расчёта 50мл/кг веса. А поскольку вес у всех разный, то и объём разный.
- Учимся исключить полностью из еды вредные для наших клеток быстрые углеводы.
- Учимся разнообразию в пище с помощью овощей и не поверите - углеводы в них тоже есть.
- Учимся и чередуем в питании основные белки. Это основа нашей жизни.
- Учимся утраченному у многих навыку - это употребление жира.
- Учимся постоянно поддерживать в рабочем состоянии наши основные органы, участвующие в дезинтоксикации: печень, поджелудочная железа, кишечник и почки!

