



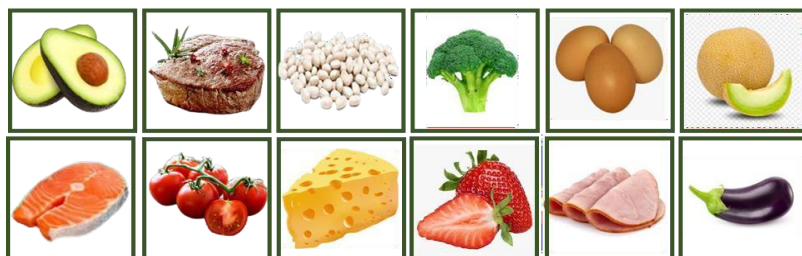
# KETO DIET LIGHT

для немедленной потери накопленного жира



### МСТ «Middle Chain Triglycerides»

- «Жирные кислоты со средней длиной цепи» способствуют поступлению энергии из накопленного жира, снижают аппетит и ускоряют обмен веществ.
- Предоставляя МСТ из внешнего источника, организм достигает высокого уровня кетоза и «сжигает» жир для получения энергии.
- В состоянии повышенного кетоза организм использует 80% жира в качестве источника энергии.
- Использование МСТ в течение 2 недель последовательно снижает потребление калорий до 250 калорий в день.
- Употребление кислот МСТ во время диеты усиливает чувство сытости и снижает аппетит всего за 1 неделю.
- Продукты PreVent KETO DIET Light снабжают организм необходимыми жирными кислотами МСТ, для достижения высокого уровня «КЕТОЗА»,
- Стимулируйте выработку энергии из накопленных жиров и кетонных тел и, таким образом, избегайте потребления большого количества жира.



**KETO DIET LIGHT**  
**KETO DIET LIGHT**

**1-й уровень – Детокс глюкозы**



- 2 дня / 4 напитков ежедневно / каждые 4 часа
- \*53 гр. Старт в 150 мл молока +150мл. воды = 5 мензур до краев

**PreVent MCT KETO Detox**

- Немедленное истощение запасов гликогена в организме и снижение секреции инсулина.
- Балансировка общего количества воды в организме с потерей и задержкой лишней внеклеточной жидкости улучшает функцию кишечника.
- Снижение чувства аппетита и голода, немедленная и значительная потеря веса.
- Обеспечение 100% всех необходимых питательных веществ +3-6 г ΩЗ.

**2-й этап: Мгновенная потеря веса и жира**



4-6 h



4-6 h



**MCT Shake Choco-Coco**  
4 мерные ложки + 200 мл молока - 1,5%

**протеиновая еда**  
С 60% белков  
♀ 650 Ккал ♂ 800 Ккал

**KETO DIET LIGHT**



Идеальный детокс  
Keto diet Light  
**MCT Keto Detox**



**Chocolate-Hazelnut**

38% Белки - 18% МСТ

- 18% жиров МСТ, 38% белков, 20% клетчатки, 23 витамина и микроэлементов.

3<sup>ο</sup> этап – уменьшение жира и набор мышечной



Завтрак 250-300 Ккал  
+ MCT Coffee / MCT Smoothie



4-6 h



MCT Shake  
4 ложки  
+ 200мл молока  
α

4-6 h



протеиновая еда  
С 60% белков  
♀ 650 Kcal ♂ 800 Kcal

СОВЕТ: Поддержание своего веса

При продолжении диеты – без продуктов:

- Вы едите 3 раза в день
- Избегайте перекусов и промежуточных блюд.
- Употребляйте 2-3 л некалорийной жидкости ежедневно.



Ιδανικό για πρόγραμμα  
Light Keto-Diet

MCT shake

Choco-Coco

52% Προτεΐνες – 14.1% MCT – 500mg L-Καρνιτίνη



14% MCT — специально обработанное кокосовое масло холодного отжима  
52% протеинов.

Низкое содержание углеводов – 23 витамина и микроэлемента – 10% клетчатки – L-карнитин

Не содержит: глютена, мутировавших ингредиентов и консервантов.

PREVENT HELLAS A.V.E.E. ПРОГРАММЫ ПИТАНИЯ И ДИЕТЫ

**АФИНЫ:** проспект Василеос Георгиу В', 22, ПИ 116 35, тел.: +30-210-72-97-722,  
**САЛОНИКИ:**Гефира Паспала, 12-й км. Салоники-Муданья, Терми, ПЯ 8119, ПИ 57001,  
тел.: +30-2310-334-200, Mobile +30 6934 207549 (englisch – Deutsch) **Viper & Whats app**

**Аптеки Кипра:** Никосия - Лимассол – Ларнака – Пафос - Пустыня

Для получения более подробной информации, пожалуйста, свяжитесь с нами

[www.prevent.gr](http://www.prevent.gr) [info@prevent.gr](mailto:info@prevent.gr)

## **MCT KETO Smoothie - Berries-Coconut**



идеально подходит для КЕТО-диеты  
Keto diet Light  
**MCT Keto Smoothie**



### **Red berries - Coconut**

26% белков, 26% MCT, L-карнитин, 23 витамина и микроэлемента.

26% жиров MCT - 23 витамина, микроэлементов и кислот Омега-3 - Белки  
Фрукты и кокосовая стружка - Семена чиа L-карнитин Yerba mate без глютена  
и консервантов - Также изготовлено из миндального молока

## **Мгновенное снижение веса и жира**



### **MCT Coffee**

- Порошок с жирами MCT, для приготовления растворимых
- кофе со вкусом кофе/кокоса, 500мг L-карнитина,
- 4% кофеина и 9 г цепи MCT-Medium на напиток
- Организм находится в состоянии повышенного кетоза.
- Использует 80% жира в качестве источника энергии.
- для большей потери накопленного жира
- 14 конвертиков MCT-кофе
- 1 конверт на 100 мл холодной/теплой воды.



### **MCT Grissini**

Натуральные MCT-жирные кислоты  
40% белков  
Без глютена  
Низкоуглеводный  
Идеально подходит для завтрака