



TIENS

Lifestyle program

Program „Styl Życia z TIENS”

Better Tiens, Better Life

Program Styl Życia z TIENS



Misja Programu:



- Program „Styl Życia z TIENS” wspiera wszystkich, którzy chcą zdrowia w przyszłości.
- To nie jest kolejna dieta, która może pomóc w utracie wagi w ciągu bardzo krótkiego czasu. To nie jest jeszcze jedna “cudowna tabletką”, pomagająca pozbyć się zbędnych kilogramów w trakcie snu i nie jest to następny morderczy program ćwiczeń.
- Program „Styl Życia z TIENS” to wytyczne do wypełnienia w celu osiągnięcia dokładnej równowagi pomiędzy odżywianiem, aktywnością fizyczną i suplementacją gdyż to jedyny klucz do sukcesu.
- Ten Program pokaże Państwu drogę do osiągnięcia silnego i zdrowego ciała, biznesu oraz życia.

Better Tiens, Better Life

Program Styl Życia z TIENS™



Główne Cele Programu:

- Zwiększenie aktywności fizycznej
- Zdrowe odżywianie
- Próba rzucenia nałogów
- Wymierne rezultaty - Nie spodziewajmy się zbyt szybkich efektów. Najlepszym rezultatem będzie utrata 1 kg w ciągu 1 miesiąca (8 kg w ciągu 2 miesięcy) i poprawa życiowych nawyków.



Doping: Co tygodniowe raporty rezultatów (Krokomierz, koszulka)

Better Tiens, Better Life



TIENS
Lifestyle program

Raporty Tygodniowe:

Tydzień	Aktywność fizyczna (bieganie, jazda na rowerze, pływanie, chodzenie - średnia liczba kroków na dzień...)	Liczba "aktywnych dni"	Podsumowanie odżywiania (zaznaczyć co się jadło np. 3 x ryba, ilość posiłków typu fast food, ilość wypitej kawy ...)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

	Waga w kg	Obwód w talii w cm	BMI	Alternative	
				Obwód w klatce piersiowej - cm	Obwód uda w cm
Początek Programu					
Dzień 7					
Dzień 14					
Dzień 21					
Dzień 28					
Dzień 35					
Dzień 42					
Dzień 49					
Dzień 56					
<small>Opisna różnica</small>					

Produkty wspomagające i ich działanie



TIENS

Lifestyle program



Chitosan

- Chitosan blokuje wchłanianie tłuszczu przez organizm
- Badania wykazały, że wzbogacenie diety w chitosan może znacząco obniżyć poziom cholesterolu
- Skraca czas trawienia pokarmu
- Wiaże w masę tłuszcze, które są zbyt duże do strawienia
- Pozytywnie wpływa na poziom cholesterolu



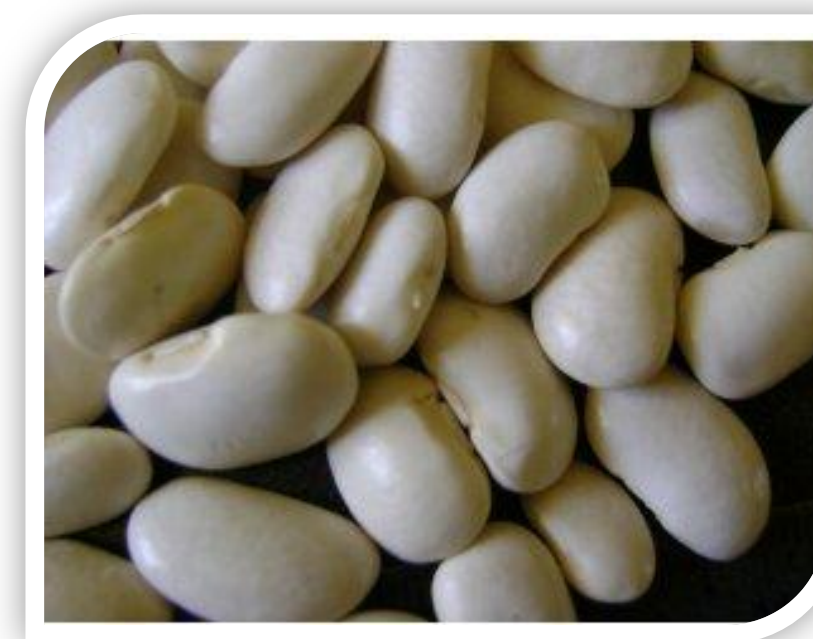
Better Tiens, Better Life

Produkty wspomagające i ich działanie



Carb Blocker – Ekstrakt z białej fasoli

- Pomaga organizmowi w zatrzymaniu rozbitcia włókien węglowodanowych na cukry
- Pomaga w redukcji indeksu glikemicznego produktów skrobiowych
- Nie powoduje utraty masy mięśniowej



Better Tiens, Better Life

Produkty wspomagające i ich działanie



Kapsaicyna - Ekstrakt z papryczki chili i pieprzu

- Pomaga w spalaniu większej ilości kalorii dziennie
- Stymuluje utlenianie tłuszczu i węglowodanów
- Zmniejsza apetyt
- Przyczynia się do poprawy wydajności i wytrzymałości



Better Tiens, Better Life

Grupa Pilotażowa



TIENS

Lifestyle program

Wymagania co do uczestników:

- Maksymalna liczba uczestników : 10
- Wszyscy uczestnicy muszą być Konsultantami TIENS od przynajmniej roku
- Wszyscy muszą być gotowi pogodzić się ze zmianą trybu życia
- Uczestnicy muszą zgodzić się na mówienie o swoich rezultatach publicznie
- Powinni czuć się komfortowo z opublikowaniem swoich zdjęć “przed i po”
- Uczestnicy będą zobowiązani do dokumentacji swoich rezultatów raz w tygodniu

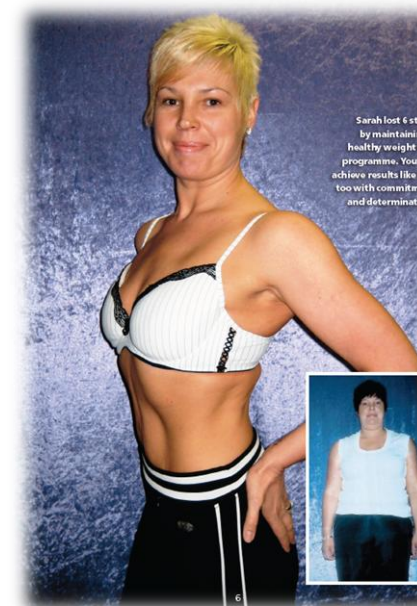
Przekrój wiekowy osób w Grupie Pilotażowej:

:

- 2 uczestników w wieku 20 – 30 lat
- 3 uczestników w wieku 30 – 40 lat
- 3 uczestników w wieku 40 – 50 years
- 2 uczestników w wieku 50+

Płeć:

- Było by idealnie zachować balans: 5 kobiet i 5 mężczyzn uczestniczących w programie



Better Tiens, Better Life



• NAGRODY DLA NAJLEPSZYCH !!!



TIENS

Lifestyle program

Po dwóch miesiącach fazy pilotażowej wybrana zostanie grupa maksymalnie 4 osób z najlepszymi wynikami która weźmie udział w dalszej części programu – osoba, która zwycięży będzie musiała uczestniczyć w programie przez 6 miesięcy

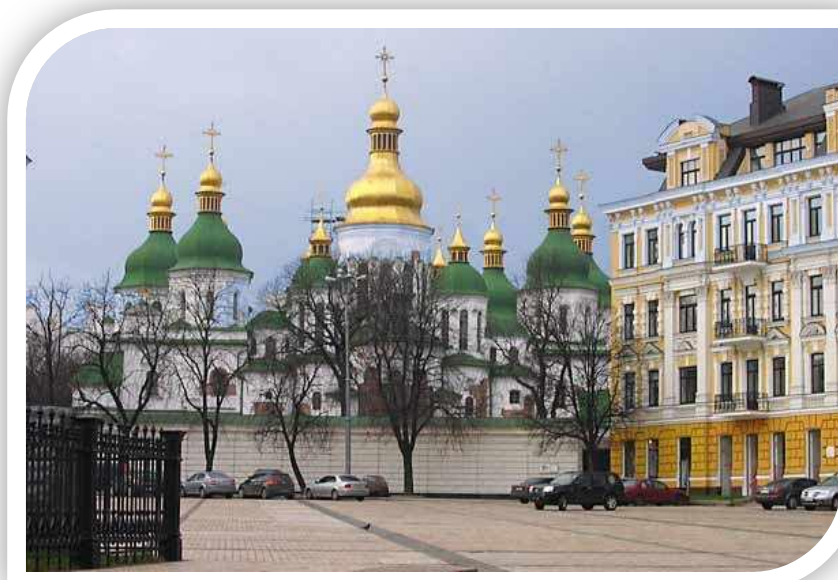
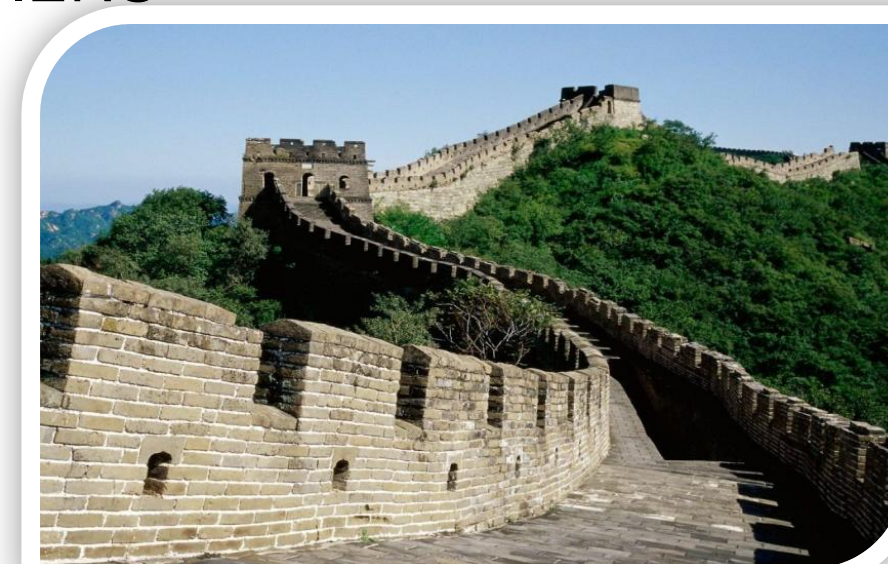
Zwycięzcy programu otrzymają:

Nagroda Nr 1:

6-cio dniowy wyjazd do Chin w 2012 roku - uczestnictwo w 17-tej rocznicy TIENS

Nagroda nr 2 i 3:

Wyjazd w 2012 roku na Europejską Konferencję Regionalną TIENS



Better Tiens, Better Life



TIENS

Lifestyle program

Better Tiens, Better Life