

9

## plan dnia

dzień 9: **clean 9**

data:

ćwiczenia

5 min. rozgrzewki 2 min. rozciągania butelka wody 20 min. ćwiczeń 

rodzaj ćwiczeń

notatki (stopień trudności, waga, ilość serii, itp.)

czas

stan dnia

zaznacz, jak się czujesz

niski    śred.    wys.

głód

Jak bardzo jestem dziś głodna?

1 2 3 4 5

energia

Jaki jest mój dzisiejszy poziom energii?

1 2 3 4 5

motywacja

Co dziś sadzę o programie?

1 2 3 4 5

pewność

Jak pewna dziś jestem, że wytrwam w programie?

1 2 3 4 5

Do tej pory osiągnęłaś z Clean 9 wymierne efekty. To nie koniec Twoich sukcesów i utraty wagi – przed Tobą Lifestyle 30, drugi etap niezwykłego programu kontroli wagi! Jeżeli 5. dnia nie zamówiłaś tego zestawu, skontaktuj się z osobą, od której dowiedziałaś się o programie Clean & Lean i koniecznie złóż zamówienie!

Udało Ci się!



## pakiet biznesowy

Clean & Lean to coś więcej niż udany początek drogi ku lepszemu zdrowiu. Skontaktuj się z osobą, która zapoznała Cię z Clean & Lean, aby dowiedzieć się, jak przekształcić ten skuteczny program w życiową szansę na biznes. Skorzystaj z tego wszystkiego, co Forever Living Products ma do zaoferowania w tym pakiecie.

# CLEAN + LEAN



Już dziś zamów Pakiet Biznesowy Clean & Lean!

w pakiecie:

3 zestawy Clean 9

3 Forever Gin-Chia

1 kasetka „Napoje  
aloesowe”

1 kasetka „Plan  
Marketingowy”

1 CD „25 lat FLP”

3 Informatory  
o produktach

1 Prezentacja FLP  
(wydruk)

3 Umowy Dystrybutora

1 Zasady działalności  
FLP Poland