

Abundance ist die *Inspiration* für deine *Zukunftsvision*



Das energetisierende und erhebende Aroma unserer **Abundance** Ölmischung kombiniert ätherische Öle wie Orange, Weihrauch, Patchouli, Gewürznelke, Ingwer, Myrrhe, Zimtrinde und Schwarzfichte, die in antiken Kulturen genutzt wurden, um Freude und Frieden zu verstärken.

Inhaliere **Abundance** und denke an die Reichhaltigkeit, die Du Dir in Deinem Leben wünschst. Dies ist unsere liebste Ölmischung zur Förderung von Gefühlen der Freude, Positivität, Affinität, Erfüllung und Wohlbefinden.



Bevor Du ein anderes Ziel angehst ...

Wäre es nicht ein guter Anfang, Deine Gesundheit und Dein Wohlbefinden zur Priorität zu machen? Beginne langsam mit kleinen Schritten, die Dir ein gutes Gefühl geben und Dich darauf vorbereiten, Deine großen Träume zu verwirklichen.



Beginne erst einmal damit, Dich von den Feiertagen zu erholen!

- Iss einfache, nährstoffreiche Speisen.
- Trinke mehr Wasser.
- Ergänze Deinen Vorrat an Nahrungsergänzungsmitteln.
- Gib Deinem Schlaf Priorität.
- Bewege Dich und gehe an die frische Luft.





Gib Deinem Körper alle wichtigen Nährstoffe und steigere Dein Wohlbefinden.

Unser Körper arbeitet hart, auch im Ruhezustand. Er ist im Hintergrund ständig aktiv, um uns in Gang zu halten.

Darum müssen wir ihn mit Vitaminen, Mineralien und allen sonstigen Nährstoffen versorgen, die unser Wohlbefinden fördern können.

Die beste Quelle für Vitamine und Mineralien ist frische und nährstoffreiche Nahrung.

Nahrungsergänzungsmittel können eine gesunde Lebensweise zusätzlich unterstützen.





Warum Nahrungsergänzungsmittel?

In einer idealen Welt würden uns eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise alle Nährstoffe geben, die wir zum Gedeihen brauchen.

Doch unser Alltag ist vollgepackt und alles muss schnell gehen, deshalb kommen wir manchmal vom Weg zum optimalen Wohlbefinden ab.

Hier kommen Nahrungsergänzungsmittel ins Spiel. Sie sind kein Ersatz für eine gesunde Ernährung, sondern ein Begleiter auf Deiner Reise zu einem ausgewogenen, gesunden Leben.

Nahrungsergänzungsmittel mit System



Ein konsequentes Programm für die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln wird Dir dabei helfen, Deine Routine einzuhalten.

HIER EIN PAAR EINFACHE TIPPS FÜR DEINE INDIVIDUELLE NAHRUNGSERGÄNZUNGSRoutine:

- Einige Vitamine können auf nüchternen Magen eingenommen werden, andere dagegen nur in Kombination mit einer Mahlzeit.
- Um sicherzustellen, dass Du keine Deiner Nahrungsergänzungsmittel auslässt, verwende eine Box für Nahrungsergänzungsmittel, in der Du die einzelnen Präparate für jeden Tag vorbereitest.
- Young Living hat diverse Nahrungsergänzungsmittel in unterschiedlichen Dosierungen im Sortiment. Einige sollten einmal täglich eingenommen werden, andere wiederum mehrmals. Das musst Du bei der Planung Deiner Routine stets im Kopf behalten.





Am Morgen

Starte Deinen Tag mit Young Livings **Super C** Tablets, **MultiGreens** oder **Super Magnesium**.

Super B Vitamine sollten mit Nahrung eingenommen werden – das Frühstück ist eine großartige Gelegenheit, sie in Deinen Tag zu integrieren.

Auch **Young Livings Master Formula** wäre eine Option: Dieses umfassende Vitamin-Paket zur täglichen Einnahme fördert eine gesunde Lebensweise bei Männern und Frauen.



Am Morgen



Super C unterstützt die korrekte Funktion des Immunsystems und hilft, Müdigkeit und Erschöpfung abzubauen. Super Vitamin C enthält zudem reichlich Mangan, das zu einem normalen Stoffwechsel beiträgt.



MultiGreens bietet eine Mischung aus sorgfältig ausgewählten Grünpflanzen wie Gerstengras, Spirulina, Alfalfasprossen und Pazifischem Kelp, angereichert mit Bienenpollen. Das Produkt enthält zudem eine Premium-Mischung ätherischer Öle aus Zitronen, Rosmarin, Melisse und Zitronengras.



Das Nahrungsergänzungsmittel Super Magnesium wird nachhaltig aus Meerwasser hergestellt. Es enthält eine Reihe wertvoller Spurenelemente und zudem Melonensaftkonzentrat. Die Mischung kombiniert Magnesiumhydroxid und -zitrat mit ätherischen Ölen zur Unterstützung zahlreicher Körperfunktionen.

Am Morgen



Super B ist ein umfassendes Vitamin-Nahrungsergänzungsmittel, das alle acht B-Vitamine liefert. Super B kombiniert ätherisches Muskatnussöl und bioverfügbare chelatierte Mineralien wie Mangan, Selen und Zink.



Master Formula ist ein umfassendes tägliches Multivitaminpräparat mit hochwertigen Vitaminen, Mineralien und lebensmittelbasierten Inhaltsstoffen. Zusammen unterstützen diese Inhaltsstoffe die Körperfunktionen als hochwertiger, synergistischer Komplex.

Zu einer Mahlzeit



Super Cal sollte direkt vor der Mahlzeit eingenommen werden. Dieses speziell entwickelte Nahrungsergänzungsmittel enthält Calcium und Magnesium und nutzt die synergistischen Eigenschaften dieser wichtigen Mineralien. Die sorgsam entwickelte Formel ist angereichert mit ätherischen Ölen von Wintergrün, Myrte, Zitronengras und Majoram, um die Wirkung und Funktionen der oben genannten Mineralien zu unterstützen.



Zu einer Mahlzeit



Green Omega 3 ist ein veganes Nahrungsergänzungsmittel und im Vergleich zu anderen veganen Omega-3-Produkten enthält es einen der höchsten Anteile an DHA und EPA.

Wir haben auch ätherisches Gewürznelkenöl und Leinsamenöl hinzugefügt, das ALS (alpha-Linolensäure) enthält.



Am Abend



Der köstliche Mango-Rose-Kurkuma-Drink **Golden Turmeric** unterstützt unseren Körper und seine Funktionen. Mit seiner einzigartigen, wasserdispergierbaren Formel ist er das perfekte Getränk am Abend: Eine köstliche Art, am Ende des Tages zu entspannen, sich zu erholen und wieder zu Kräften zu kommen. Mit hochwertigem Kurkuma – seit Tausenden von Jahren in Asien genutzt – und angereichert mit Tapiokafasern, ist es auch nach dem Sport eine exzellente Wahl.





Darmgesundheit

Das Essen selbst kann eine Menge Energie verbrauchen, besonders die Verdauung von Proteinen. Tatsächlich entfallen etwa 10% unseres täglichen Energieverbrauchs auf die Verdauung und die Aufnahme von Nährstoffen durch den Körper.

Während der Festtage genießen wir oft üppige Mahlzeiten, nehmen es mit der Mäßigung nicht so genau und lassen es insgesamt etwas ruhiger angehen.

Nahrungsergänzungsmittel können in Momenten wie diesen Unterstützung bieten und Dir helfen, auch solche Tage mit einem Gefühl des Wohlbefindens zu überstehen.





Am Abend



Unsere speziell entwickelte Deep Night Essence kombiniert hochwertige pflanzliche Inhaltsstoffe mit den ätherischen Ölen von Grüner Minze und Lavendel und einem von uns entwickelten Mix aus Minz- und Grünteeextrakt.

Das Produkt enthält kein Melatonin und so kannst Du es zusammen mit Super Magnesium in Deine Abendroutine aufnehmen. Das sorgt für erholsamen Schlaf und morgendliche Frische.

Unterstütze das Wohlbefinden Deines Darms im Schlaf mit Young Livings probiotischem Life 9®. Es enthält eine firmeneigene Mischung von 17 Milliarden Lebkulturen aus 9 guten Bakterienstämmen, die Deine Darmgesundheit fördern.