

7-Daags Proteïne Dieet Starterspakket

Bedankt dat je hebt gekozen voor het 7-daags proteïne dieet starterspakket van NovaShops! Dit pakket is door onze professionals met zorg voor jou samengesteld. De naam zegt het al, dit pakket is bestemd voor iedereen die graag een start wilt maken naar een gezonder leven.

In het bijgeleverde boekje zal duidelijk worden hoe het NovaShops proteïne dieet werkt en hoe je dit pakket de komende zeven dagen kan toepassen binnen je dagelijkse leven. Na het volgen van dit Starterspakket ben je er natuurlijk nog niet. We raden je daarom aan om tijdig nieuwe proteïne producten te bestellen. Zo kun je zonder onderbreking jouw weg naar een gezonde levensstijl voortzetten.

Dit starterspakket bestaat uit:

- Mix ontbijt: 7 producten
- Mix lunch: 7 producten
- Mix diner: 7 producten
- Mix tussendoor: 7 producten
- Mix repen: 7 producten
- NovaShops shakebeker

Na het volgen van dit Starterspakket ben je er natuurlijk nog niet. We raden je daarom aan om tijdig nieuwe proteïne producten te bestellen. Zo kun je zonder onderbreking jouw weg naar een gezonde levensstijl voortzetten.

Gratis begeleiding en tips van onze online diëtist Sophie

Heb je een vraag of wil je graag tips ontvangen over het proteïne dieet? Onze online diëtist Sophie staat voor jou klaar en is bereikbaar via telefoon, mail of live chat! Iedereen is anders, daarom geeft Sophie persoonlijk voedingsadvies, precies wat bij jou past. Ook kan ze een eetschema op maat voor je maken. Zie je het even niet meer zitten tijdens het dieet? Sophie is er om je te motiveren!

Hoe begin ik?

Om je op weg te helpen, hebben wij een voorbeeld eetschema opgesteld voor een dag. Uiteraard kun je elke dag afwisselen met alle verschillende producten uit het starterspakket.

Voorbeeld eetschema

Eetmoment	Product
Ontbijt	Muesli Chocolate & Karamelsmaak + 150 ml ongezoete sojamelk
Lunch	Aardbeien Milkshake
Tussendoor	Chocoladereep Met Pindasmaak
Diner	Omelet Fijne Kruiden + 200 gram champignons
Tussendoor	Pudding Met Abrikozensmaak
Extra	200 gram groenten in te vullen naar wens*

*Volgens de groentelijst die je terugvindt in het boekje op pagina 20

Heb je vragen? Ik help je graag!

Via onze live chat op www.novashops.com
Telefoonnummer: +31 (0)475 769 145
E-mail: dietist@novashops.com



NovaShops

Veel succes!

liefs, Sophie

