

## Slim to go mit Swiss QUBE!

**Für Sie getestet!** Als ich das Swiss QUBE Konzept kennenlernte, musste ich es natürlich erst einmal testen, ob das etwas für uns „BodyReset“ler ist. Ich führte das Programm 6 Tage durch, mit durchschlagendem Erfolg – knapp 3 Kilo weniger!

Swiss QUBE passt perfekt zu BodyReset und das Konzept ist so einfach wie genial. Der Swiss-QUBE ist ein 100% natürlicher, extrem kompakter Nährstoff-Würfel, er enthält hochwertige, rein pflanzliche Nährstoffe und deckt vollständig den täglichen Vitamin- und Mineralstoffbedarf ab.

Die ausgefeilte Rezeptur unterstützt den Körper beim Abnehmen, Entgiften, Entsäuern und gesunden Altern. Entwickelt wurde sie vom Ganzheits- und Ernährungsmediziner Dr. med. Frank Schulze.

Jeder Swiss QUBE ist klein, handlich und einzeln verpackt. Ob im Job, beim Sport oder in der Freizeit – der QUBE ist immer griffbereit. Er sättigt nachhaltig und regt die natürliche Fettverbrennung an, weil der Blutzuckerspiegel permanent im grünen Bereich liegt und keine überschüssenden Spitzen erreicht. Wenn Sie jetzt vor und nach Business – Lunch oder Diner, Partys, Festessen oder Aperos QUBEN, können Sie voll und ganz geniessen ohne zuzunehmen!

Am besten schreiben Sie wie ich alle Termine in Ihren Terminkalender, darum herum respektive vorher und nachher werden die QUBE Mahlzeiten verteilt. Als Beispiel, auch für die Zeitabstände, können Sie die untenstehende Tabelle verwenden. Ausser einer immer verfügbaren Wasserflasche benötigen Sie nichts weiter als die QUBES!

Einer der tollsten Vorteile ist die absolute Verfügbarkeit, und Sie müssen nichts einkaufen, nichts kochen, keine Küche aufräumen, keinen Abwasch machen. Die Kosten sind überschaubar, je nach Geschmacksrichtung und Verpackungswunsch (Mono oder Mix) kostet ein QUBE zwischen Fr. 1.99 und Fr. 3.02. (Testpaket mit 28 QUBES kostet Fr. 3.15 je Stück), die Haltbarkeit beträgt 3 Monate, denn der QUBE enthält keine Zusatz- oder Konservierungsstoffe.

**ANWENDUNG:** Um das ganze Nährstoffprofil abzudecken, ist der QUBE sehr, sehr kompakt, er erinnerte mich beim ersten Probieren an ein Sugus aus Kindertagen. Der QUBE ist aber etwa 4 x so gross, also schneide ich ihn mit einem scharfen Messer in 4 Stücke, speichle jedes Stück zuerst im Mund wie ein Bonbon ein, dann gut und langsam kauen. Vorher und Nachher trinke ich ein Glas basisches Aktivwasser, das Sättigungsgefühl kommt relativ schnell. Ich hatte zu keinem Zeitpunkt Hunger. Alle 90 Minuten ass ich einen QUBE und trank insgesamt gut 3 Liter Wasser über den Tag verteilt und 2 x 300 ml Pfiffikus Gemüsebrühe.



<b>Testpaket 0.00</b> 4 QUBE alle Sorten Nur 1 x je Kunde bestellbar 1 QUBE kostet Fr. 0.00	<b>Testpaket 88.00</b> 10 x Original, 10 x Fruchtig 8 x Schokolade (28 Stück) 1 QUBE kostet Fr. 3.15	<b>Paket FRUCHTIG 169.00</b> 70 x Fruchtig 1 QUBE kostet Fr. 2.42	<b>Paket ORIGINAL 139.00</b> 70 x Original 1 QUBE kostet Fr. 1.99	<b>Paket YAGI 179.00</b> 70 x Yagi (Lebkuchen) 1 QUBE kostet 2.56	<b>Paket SCHOKI 169.00</b> 56 x Schokolade 1 QUBE kostet Fr. 3.02	<b>Paket EASY-MIX 189.00</b> 23 x Original 23 x Fruchtig 24 x Schokolade oder Yagi (70 Stk) 1 QUBE kostet 2.70
--	---	---	---	---	---	---



Nachfolgend finden Sie eine Übersicht von Varianten und Möglichkeiten, die QUBES einzusetzen. So können Sie Ihr Gewicht leicht und ohne zu Hungern kontrollieren. Jeder Mensch hat einen anderen Tagesablauf, die einen mögen nicht Frühstücken, andere haben am Abend wenig Hunger, Berufstätige wählen lieber anstelle Mittagessen die QUBES. Oder immer dann, wenn man keine Lust auf Kochen hat und ungesundes Fastfood vermeiden möchte.

Wichtig ist, dass Sie sich wohl fühlen und die QUBES so einsetzen, wie es für Sie am besten passt.

**Keinen Erfolg haben Sie**, wenn Sie die QUBES **als zusätzlichen Snack einsetzen**, damit reduzieren Sie nicht die Energiezufuhr, sondern erhöhen sie und nehmen zu!

Es gilt die Regel, Mahlzeit, Zwischenmahlzeit **ODER** QUBE!

Empfohlen wird zum Starten eine Woche nur QUBEN, oder auch zwei, aber maximal drei Wochen ohne ärztliche Begleitung. Aber unterschätzen Sie nicht die Wirkung, wenn Sie verschlackt sind. Der Körper kann extrem entgiften und entschlacken, und alles muss raus! Wenn Sie sich nicht wohlfühlen, Kopf- oder Gliederschmerzen bekommen, trinken Sie ein grosses Glas Wasser und eine heisse Bouillon von Pfiffikuss, und wenn es nicht besser wird, zusätzlich einen Kaffee oder Schwarztee. Hilft das auch nicht, ersetzen Sie die nachfolgenden QUBES durch eine basische Mahlzeit. Führen Sie eine Woche lang die Neutralisationsphase nach BodyReset durch und starten Sie erneut mit den QUBES.

**Wenn Sie unsicher sind, wie weiter, rufen Sie mich an Montag bis Freitag 09h – 12h unter 043 543 08 43**

## VARIANTEN – ganz nach Lust und Laune!

5 Tage QUBEN 2 Tage essen usw.

1 Tag QUBEN 1 Tag essen usw.

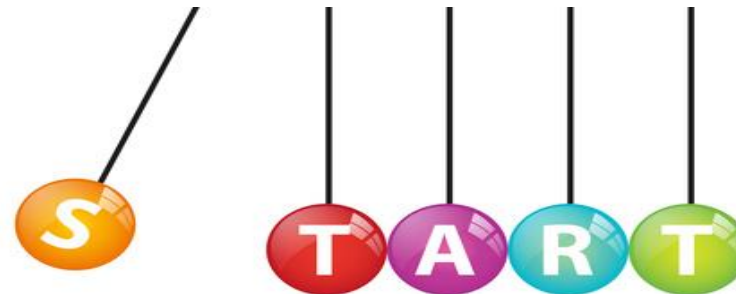
2 Tage QUBEN 1 Tag essen usw.

2 Tage QUBEN 2 Tage essen usw.

3 Tage QUBEN 1 Tag essen usw.

3 Tage QUBEN 2 Tage essen usw.

3 Tage QUBEN 3 Tage essen usw.



Oder probieren Sie anhand der untenstehenden Tabelle die vorgeschlagenen Tages - Varianten aus, um herauszufinden, was persönlich am besten passt. Nach Schlemmereien, Einladungen, Festessen, Mehrgängern und Partys idealerweise jeweils mit einem oder zwei ganzen QUBE Tagen ausgleichen.

**Ich wünsche Ihnen viel Erfolg mit Swiss QUBE und freue mich auf jedes Feedback!**

Ihre Jacky Gehring

	Variante 1	Variante 2	Variante 3	Variante 4	Variante 5	Variante 6	Variante 7
Probierwoche	<b>QUBEN 10 Stk pro Tag</b> (nur SCHOKI und / oder nur YAGI 8 Stück pro Tag!)	<b>1 Mahl ersetzen</b>	<b>1 Mahl ersetzen</b> Znüni ersetzen	<b>1 Mahl ersetzen</b> Zvieri ersetzen	<b>2 Mahl ersetzen</b>	<b>2 Mahl ersetzen</b> Znüni ersetzen	<b>2 Mahl ersetzen</b> Znüni ersetzen Zvieri ersetzen
7h	1 QUBE	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	1 QUBE	Frühstück
7h30							
8h							
8h30	1 QUBE					1 QUBE	
9h							
9h30		Znüni		Znüni	Znüni		1 QUBE
10h	1 QUBE		1 QUBE			1 QUBE	
10h30							
11h							1 QUBE
11h30	1 QUBE	1 QUBE	1 QUBE	1 QUBE	1 QUBE	1 QUBE	
12h							
12h30							1 QUBE
13h	1 QUBE	1 QUBE	1 QUBE	1 QUBE	1 QUBE	1 QUBE	
13h30							
14h							1 QUBE
14h30	1 QUBE			1 QUBE			
15h		Zvieri	Zvieri		Zvieri	Zvieri	
15h30							1 QUBE
16h	1 QUBE						
16h30							
17h							1 QUBE
17h30	1 QUBE				1 QUBE		
18h		Abendessen	Abendessen	Abendessen		Abendessen	
18h30							1 QUBE
19h	1 QUBE				1 QUBE		
19h30							
20h							1 QUBE
20h30	1 QUBE						
21h							

**Mein TIPP:** Den QUBE mit einem scharfen Messer in 4 Stücke schneiden, jedes Stück zuerst im Mund wie ein Bonbon einspeicheln, dann gut und langsam kauen. Vorher und nachher ein Glas Wasser trinken, das Sättigungsgefühl kommt relativ schnell.