



# 您的新加坡 ISABODY

## 修身挑战赛指南

改变您的体质。改变您的人生。





## 什么是IsaBody 修身挑战赛？

IsaBody 修身挑战赛是一个为期16周的全方位身体转变挑战赛，旨在帮助您通过使用 Isagenix 产品达到您最终的身心健康目标。任何成功完成IsaBody 修身挑战赛的人都有机会获得SG\$7,200的大奖，并能在我们的全球庆典上参选全球IsaBody 修身挑战赛大奖得主的头衔及额外的US\$50,000奖金！

### 挑战赛的收益

您将在挑战赛期间设定新的健康、健身，以及整体保健目标。您将加入一个充满支持和鼓励的社群。IsaBody 修身挑战赛是一个能帮助您转变生活方式的工具。您只会有得而没有失。

## IsaBody 修身挑战赛奖项

	全球大奖得主 (从所有大奖得主中选出)	大奖得主 (从决赛入围者中选出)	决赛入围者 (每个评审阶段一名)	荣誉表扬 (每个评审阶段两名)	成就奖 (所有完成挑战赛的人)
US\$50,000 奖金	✓				
SG\$7,200 奖金		✓			
SG\$1,400 奖金			✓		
SG\$720 奖金				✓	
SG\$288的产品礼券	✓	✓	✓	✓	✓
个人摄影服务	✓	✓	✓	✓	
免费前往全球庆典*	✓	✓			
一张前往地区庆典活动的门票	✓	✓			
独享的IsaBody 修身挑战赛T恤衫	✓	✓	✓	✓	✓
成就奖证书	✓	✓	✓	✓	✓

\*免费部分包括酒店住宿、机票和地面交通。

### 最宝贵的奖品

完成IsaBody 修身挑战赛能让参与者体会到设定和超越目标时的成就感！无论您是希望减重、强化肌肉，还是延缓衰老，IsaBody 修身挑战赛都能帮助您改变您的体质，并在此过程中加入一个志同道合，在追求健康与财富目标中相互扶持的社群。

为符合奖励旅行的资格，获奖者必须保持或改进他们的成果。在预订奖励旅行之前，您需要提交维持期照片。请在SG.IsaBodyChallenge.com查看官方条款和奖项信息。IsaBody 修身挑战赛、其所有条件与规则，以及任何支持文件都可能在没有事先通知的情况下变更。

此处提到的减重、强化肌肉、生活方式及其他结果是一些 Isagenix 客户卓越的个人体验，不应被视为一般或普遍情况。结果会因每个人的努力程度、身体机能、饮食习惯、时间、锻炼情况，以及包括遗传及生理状况在内的其他因素而有所不同。若您目前正处于怀孕或哺乳期、患有糖尿病、正在服药、有医疗疾病，或正在开始一个减重计划，请在使用 Isagenix 产品、改变饮食习惯，或在考虑减重前咨询您的医生。

## 如何参加

您的转变就在举手之间! 若想注册参加挑战赛, 请前往SG.IsaBodyChallenge.com, 点击注有“Register for the Challenge now (现在就注册参加挑战赛)!”的绿色按钮。

# ISABODY 修身挑战赛

## 完成挑战赛的步骤

### 1 “赛前”照片:

最后一次审视原来的自己

拍下四张您站立时的全身照 (至少一张应带有开始日期的证明)。若需注册参加挑战赛, 您必须在开始日期的两周内上传您的“赛前”照片。

### 2 500 BV:

使用产品

您需在每月购买最少100 BV的产品来保持活跃状态, 并必须在为期16周的挑战赛期间使用不低于500 BV的 Isagenix 产品。\*

### 3 “赛后”照片:

展现全新的自己

拍下四张您站立时的全身照 (至少一张应带有结束日期的证明)。在您结束日期的两周内上传。

### 4 励志短文:

告诉我们您的历程

写一篇250至500字的短文, 分享您的IsaBody 修身挑战赛体验。与您的“赛后”照片一并提交您的短文。

### 5 维持期:

照片及体重

如果您在评审阶段截止日期的3周前或更早的时间完成了挑战赛, 您必须提交四张最终的“维持期”全身照片 (至少一张带有日期证明)。



**Ashley Lim**

2018年度新加坡

ISABODY 修身挑战赛大奖得主

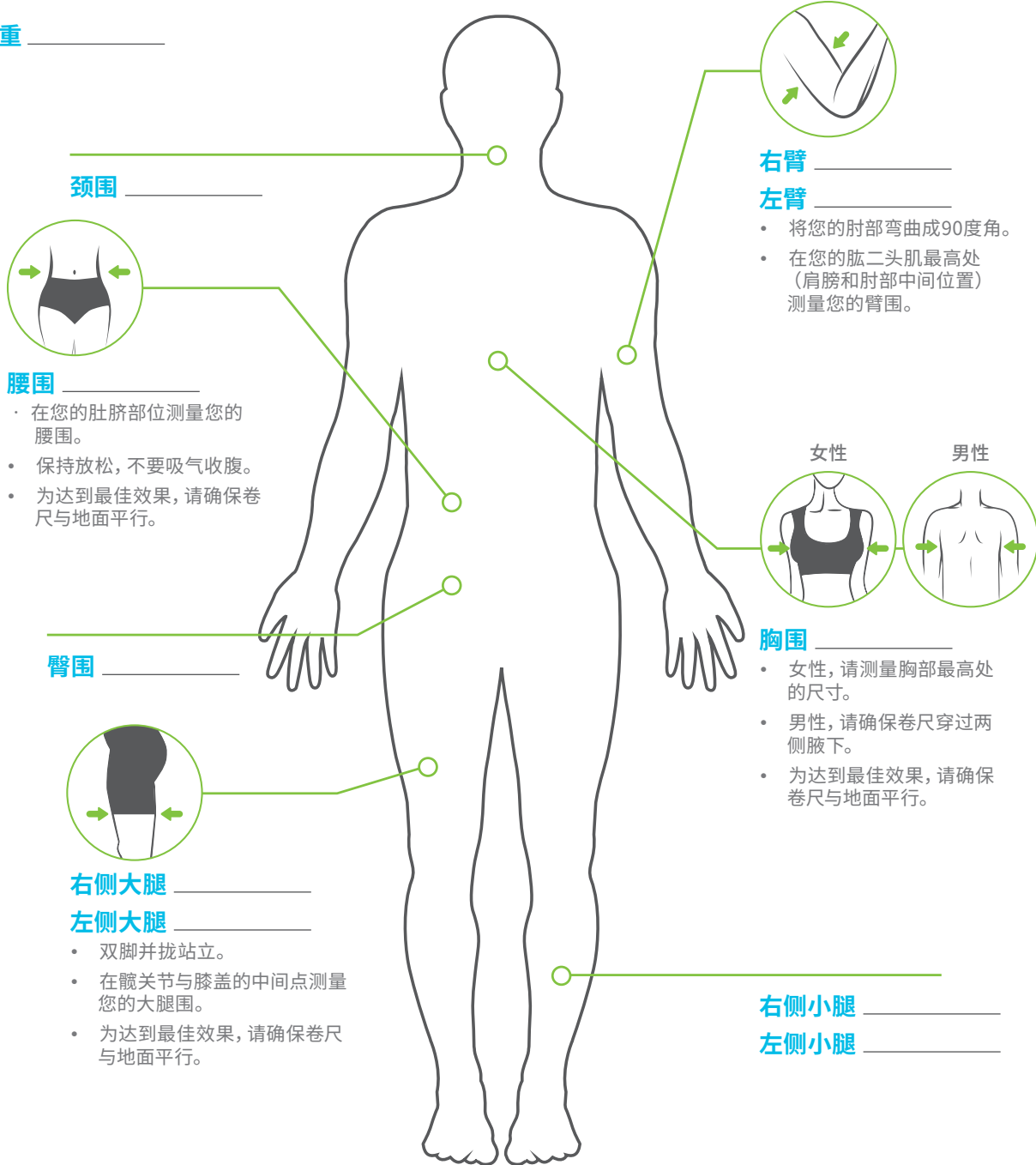
\*若想获得奖项, 联营商必须在评审期间和之后保持活跃状态。500 BV的累积营业额将从您的开始日期至您的16周挑战赛结束日期跟踪计算。如果您需要提交维持期照片和体重, 您必须将活跃状态一直保持到提交维持期材料的日期。

# 让我们开始吧

记下您目前的尺寸，拍下自己的照片，开始挑战赛。我们建议您在放松、肌肉松弛的状态下测量。用卷尺贴身，而不是隔着衣服测量您的尺寸。

## 测量您的尺寸

目前体重 \_\_\_\_\_



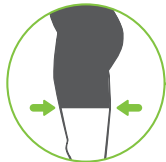
颈围 \_\_\_\_\_



腰围 \_\_\_\_\_

- 在您的肚脐部位测量您的腰围。
- 保持放松，不要吸气收腹。
- 为达到最佳效果，请确保卷尺与地面平行。

臀围 \_\_\_\_\_



右侧大腿 \_\_\_\_\_

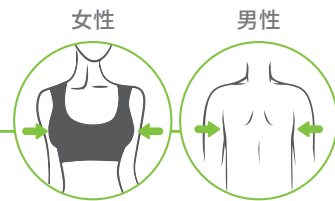
左侧大腿 \_\_\_\_\_

- 双脚并拢站立。
- 在髋关节与膝盖的中间点测量您的大腿围。
- 为达到最佳效果，请确保卷尺与地面平行。

右臂 \_\_\_\_\_

左臂 \_\_\_\_\_

- 将您的肘部弯曲成90度角。
- 在您的肱二头肌最高处（肩膀和肘部中间位置）测量您的臂围。



胸围 \_\_\_\_\_

- 女性，请测量胸部最高处的尺寸。
- 男性，请确保卷尺穿过两侧腋下。
- 为达到最佳效果，请确保卷尺与地面平行。

右侧小腿 \_\_\_\_\_

左侧小腿 \_\_\_\_\_

## ISABODY 修身挑战赛“赛前”和“赛后”照片指南

一张照片胜过千言万语。您提交的IsaBody 修身挑战赛照片可能会让您从仅完成挑战赛一跃成为大奖得主！按照以下的简单摄影提示，用最佳的方式展现您的转变。

### 正确做法

面向前方  
带有报纸/时间证明



1. 穿紧身合体的运动服装。若不介意的话，(男士)可以拍无上衣的照片，(女士)可以穿运动内衣。

正面



2. 在一名空白的墙或白色背景前拍照，确保您是照片的焦点。

背面



3. 保持拍照房间的良好照明并使用优质相机，确保高质量的图像。

侧面



4. 站直，保持良好的姿态，请一位朋友从最好的角度为您拍照。

### 错误做法



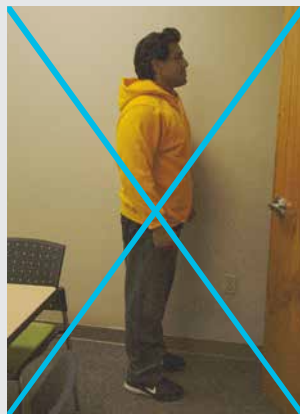
1. 不要穿过于宽松的衣服。



2. 请勿拍摄自拍，对着镜子拍照，或是遮住您的脸。



3. 不要在繁琐、背光的位置，或是杂乱的背景前拍照。



4. 不要在昏暗的房间内拍照，或是提交质量低、像素化的照片。

## 下一步

您已经拍下了自己的照片，也测量了自己的尺寸。您现在需要一本日记来帮助自己在挑战赛的过程中保持动力。先问您自己这些问题：

- 我参加IsaBody 修身挑战赛的原因或理由是什么？
- 我在本次IsaBody 修身挑战赛中的目标是什么？
- 我在接下来的16个星期中将采取哪些步骤来实现我的目标？

## 用奶昔来更新您的常规

借助IsaLean™ 奶昔等健康代餐来达到您的目标。这款美味饮品可以轻松地为您的身体补充营养。现在就前往[Isagenix.com](http://Isagenix.com)下单！



# 2018-2019年度IsaBody 修身挑战赛评审阶段

随时注册参加IsaBody 修身挑战赛! 您提交完成材料的日期将决定您所属的评审阶段。

## 评审阶段 1: 需要记住的日期

符合本次评审阶段资格的最迟参赛日期

6月  
21日

在此日期前完成挑战赛并提交材料，以符合参加本次评审阶段的资格

10月  
11日

若在此日期前完成挑战赛，则需提交**维持期照片**

9月  
20日

应于此日期之间**提交维持期照片**

10月  
4日

10月  
11日

## 评审阶段 2: 需要记住的日期

符合本次评审阶段资格的最迟参赛日期

10月  
11日

在此日期前完成挑战赛并提交材料，以符合参加本次评审阶段的资格

1月  
31日

若在此日期前完成挑战赛，则需提交**维持期照片**

1月  
10日

应于此日期之间**提交维持期照片**

1月  
24日

1月  
31日

## 评审阶段 3: 需要记住的日期

符合本次评审阶段资格的最迟参赛日期

1月  
31日

在此日期前完成挑战赛并提交材料，以符合参加本次评审阶段的资格

5月  
23日

若在此日期前完成挑战赛，则需提交**维持期照片**

5月  
2日

应于此日期之间**提交维持期照片**

5月  
16日

5月  
23日

### 时限范例:

参赛者必须在他们所属评审阶段的最后一天的当日/之前提交所有照片和短文，方有资格参加该评审。若他们在该结束日期后提交他们的完成材料，他们将被包括在接下来的评审阶段。以下是帮助您理解评审阶段时限的几个例子。

#### 个人A

- 于2018年6月19日参加IsaBody 修身挑战赛。
- 于2018年10月9日完成IsaBody 修身挑战赛。
- 于2018年10月11日提交所有完成材料。
- 无需提交维持期照片。

个人A有资格参加2018年度的**评审阶段 1**。

#### 个人B

- 于2018年6月19日参加IsaBody 修身挑战赛。
- 于2018年10月9日完成IsaBody 修身挑战赛。
- 于2018年10月12日提交所有完成材料。
- 必须在2019年1月24-31日之间提交维持期照片。

个人B有资格参加2019年度的**评审阶段 2**。因为个人B没有在截止日期(2018年10月11日)之前提交所有完成挑战赛所需的材料，他没有资格参加2018年度的评审阶段 1，且必须提交维持期照片。

# 重要事宜

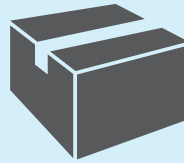
## 您知道吗?

IsaBody 修身挑战赛不仅能改变您的身体和健康; 它还可以帮助您转变您的事业。鼓励您的团队注册参加IsaBody 修身挑战赛可以提高团队保留率、提升订单量和循环数, 并将产品用户培养成为创业者!

# 80%

在所有加入了 Isagenix 后90天内注册参加, 并随后完成了挑战赛的会员中, 80%的人在一年后仍然在 Isagenix 的组织中。

# 227 BV



对于完成IsaBody 修身挑战赛的人而言, 其每月平均营业额为 227 BV, 这几乎是一个活跃会员平均营业额的两倍。



**Jesse Johnson**  
2015年度北美  
IsaBody 修身挑战赛决赛入围

“我相信, 我的事业之所以能够稳步快速地发展, 是因为 IsaBody 修身挑战赛。挑战赛让我跟我太太能够讲述一个故事, 并通过社交媒体吸引别人也加入我们的征途。坚持不懈是一个重要环节。”



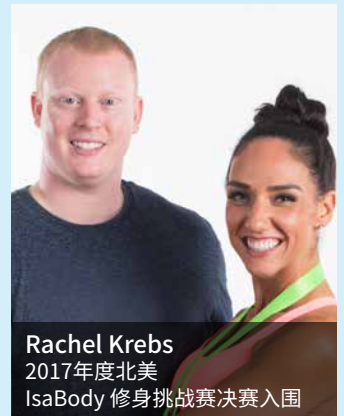
**Daniel Parten**  
2016年度北美  
IsaBody 修身挑战赛亚军

“我们相信, 每个人都需要支持, 而这正是IsaBody™ 修身挑战赛社群所提供的。通过鼓励我们的客户参加IsaBody 修身挑战赛, 我们在保留率方面看到了显著的提高, 以及更彻底、更长久的健康、心理及心态转变。成功是有感染力的!”



**Alvie Shepherd**  
2016年度北美  
IsaBody 修身挑战赛大奖得主

“我注册新队员时总是让他们构想一个理想的生活与健康愿景。我鼓励他们通过IsaBody 修身挑战赛来实现这个愿景。挑战赛在很大程度上推动了我的Isagenix事业, 人们在感到自我满意的时候更有可能继续他们的 Isagenix 旅程。”



**Rachel Krebs**  
2017年度北美  
IsaBody 修身挑战赛决赛入围


“我们的 Isagenix 事业是这个家庭的一颗福星。我因此能在家陪伴孩子, 还能同时赚取一份家庭收入。帮助其他妈妈和家庭变得更健康, 帮助他们建立自己的事业, 还可以因此获得每周收入, 真是再好不过!”

## IsaBody 支持服务

### ISABODY 社交媒体

分享您的进展、了解最新消息, 参加一个由过往和当前IsaBody 修身挑战赛参与者组成的线上社群, 在大家的支持和鼓励下一路前行。

 [Facebook.com/Groups/IsaBC](https://www.facebook.com/Groups/IsaBC)

 [@IsaBody](https://www.instagram.com/IsaBody)

### ISABODY 客户服务

如果您有激动人心的IsaBody 修身挑战赛经历想与他人分享, 请用#IsaBody发表在您的社交媒体网页上! 其他任何问题、建议或顾虑, 请通过CustomerServiceSG@IsagenixCorp.com与我们的客户服务团队联系。

### ISABODY 修身挑战赛网站

更多关于如何迈出第一步、奖项、规则, 以及成功经历的信息, 请前往SG.IsaBodyChallenge.com。

# ISABODY 愿景

我们相信每个人  
都可以**转变**。

## 同心协力

我们互相激励、互相扶持、互相奖励，  
一起超越我们的目标。

我们希望您  
**能够发挥**  
全部的潜能。

**改变**您的体质。  
**改变**您的人生。