



向健康問好
完善體重管理，享受完美生活

ISAGENIX®

您好，歡迎您來到 IsaLife™！這是您體重 管理的計劃指南。

我們為您的來訪激動不已，並想花些時間對您以及您所做出的完美健康承諾給予認可。您現在已是一個有著共同的健康目標、理想、及不斷提升自我體質的社群一員。您能在這裡找到支持和鼓勵，因為我們與您同舟共濟！

您的ISAGENIX 體重管理解決方案 旨在幫助您實現健康目標並享受完美生活。

讓我們開始吧！

為起始日期**做出承諾**，並設定您的時間表！

下載IsaLife 應用程式一步一步制定你的專用Isagenix計劃。

設定您的目標，並發展您的支持團隊！

參加IsaBody 修身挑戰賽，在這個傑出團體的幫助下完成您的第一個挑戰。人們會詢問您取得的成果，所以請學會如何與朋友及家人分享您的體驗！

相信產品。相信科學！

時刻走在產品更新、影片、工具和培訓課程的最前線。

現在就開始...前往WELCOMETOISAGENIX.COM。

當您到訪WelcomeTolsagenix.com後，請打開您的盒子...坐下，輕輕鬆鬆地呼吸。然後，向健康問好！第一步，請先閱讀本指南並查看產品標籤說明。最後一步，讓健康成為一種生活方式！在您旅途的每一步，我們都在這裡支援您。讓我們開始吧！

了解 您的產品

我們著重強調在健康之旅上能幫助您的六個核心產品。根據您的選擇，有些產品可能不在您的盒子裡，或者您可能會有以下所列的產品，以及一些額外產品！

請參看我們的線上產品資源WelcomeTolsagenix.com瞭解每種產品的詳細資訊和說明。（您到訪過該網站嗎？）



1. ISALEAN™ 奶昔 是一款支援健康減重及維持肌肉的均衡營養代餐。

24克高品質蛋白質

供給能量的碳水化合物、優良脂肪、
抑制食慾的纖維、維他命和礦物質。

在此計劃中，您可以用IsaLean 奶昔替代一日之中的任何兩餐。您準備好了嗎第一口就保證讓您心滿意足。



如果您不食用乳製品，不用擔心 - 我們還有植物性產品的選擇。



2. CLEANSE FOR LIFE™ 修身營養飲料 為您的身體提供來自草本和植物的營養。此飲品可作為深層淨化日的一部分，或是一款每日補充品。

†本聲明未經美國食品藥品監督管理局的評估。這些產品並不可用於診斷、治療、治癒或預防任何疾病。

2 種排毒方式

1. 每日淨化排毒包括飲用一份 Cleanse For Life 修身營養飲料補充品。每日一次，可在早上或晚間服用，或是在奶昔日的兩餐之間享用。
2. 深層淨化包括在間歇性禁食日內飲用 Cleanse For Life 修身營養飲料。一天最多飲用四份。每週不超過一至兩次的深層淨化日是輔助減重的絕佳方式。



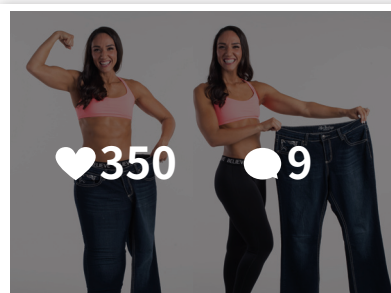
3. IONIX® SUPREME 生之源 是一款能夠改善大腦機能及活力表現的高營養每日補充品。內含草本適應原及其他有效成分的混合配方，幫助身體抵抗並適應壓力。†



4. ISAFLUSH® 舒暢膠囊 是一種有助消化、腸胃規律性及整體健康的日服膠囊，內含具有排毒功效的藥草和礦物質，絕不含強力瀉藥。†

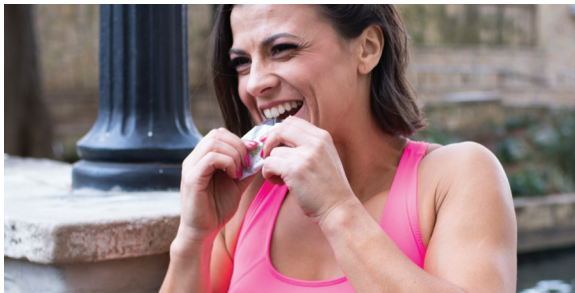
5. NATURAL ACCELERATOR™ 燃脂修身膠囊 是一種利用辣椒、綠茶和可可豆等天然成分促進體內產生熱量過程的日常膳食補充劑。

6. ISAGENIX SNACKS™ 代餐小點心 是一種咀嚼式小餅乾，旨在滿足您的食慾，並幫助您達到體重管理的目標。



ISABODY™ 修身挑戰賽 恭喜 Rachel 入圍 IsaBody 修身挑戰賽決賽! #IsaBody #WeAreIsagenix

若您收到了減重超級套裝， 您的盒子內還 可能包含以下產品：



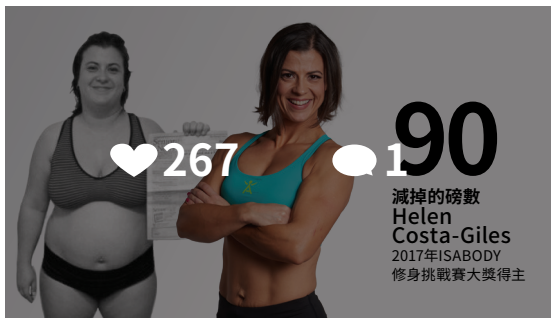
ISADELIGHT® 巧克力 含有綠茶成分的美味巧克力令您唇齒留香，在滿足食欲的同時支援您渡過深層淨化日。



e+™ 能量飲 一款含有天然植物來源的咖啡因及適應原的能量飲。†



ISAGENIX GREENS™ 蔬菜營養素 這款粉狀補充劑匯集30多種蔬菜、藥草及植物藥材中的植物營養素，可以促進整體健康。†



ISABODY修身挑戰賽 結識我們 2017年 IsaBody 修身挑戰賽大獎得主，Helen Costa-Giles！在IsaFYI.com/IsaBody網站查看她減重90磅的經歷。**#IsaBody #Celebration2017**

並非一般的結果。減重結果顯示出非凡的個人經歷，不應被視為一般或普遍結果。結果會因每個人的努力程度、身體機能、飲食習慣、時間、鍛煉情況，以及包括遺傳和生理狀況在內的其他因素而有所不同。伊利諾大學芝加哥分校在2012年的一項研究中顯示，測試者在使用Isagenix計劃的30天後平均減輕了9磅。



WHEY THINS™ 乳清薄脆餅及HARVEST THINS™ 豐收薄脆餅
美味可口，富含蛋白的零食。



ISALEAN BAR 瘦身餐條

這些高品質餐條可作為營養均衡的代餐，內含18-19克優質蛋白質。



ISAGENESIS® 端粒維護膠囊

旨在保護您的端粒，讓您健康長在、青春永駐。†

†本聲明未經美國食品藥品監督管理局的評估。這些產品並不可用於診斷、治療、治癒或預防任何疾病。

††作為低飽和脂肪和低膽固醇飲食的一部分，每天在就餐時服用兩次含植物甾醇酯的食品和補充劑（每份至少0.65克，每天總攝入量至少1.3克），可能可以降低心臟疾病的風險。每份Heart Shake Booster 奶昔心臟功能提升劑含有0.65克植物甾醇酯。



COMPLETE ESSENTIALS™ 每日套裝

一款完善的每日營養補充品，富含維他命、礦物質、Omega-3、抗氧化劑、草本及植物藥材。†

您也可能在這些熱門附加產品中發現驚喜



IMMUNE SHAKE BOOSTER

奶昔免疫功能提升劑 由多種經科學實證的成分混合而成，可幫助您準備、強化並平衡您的免疫系統，從而促進整體健康。†

HEART SHAKE BOOSTER

奶昔心臟功能提升劑 由多種經科學實證的成分混合而成，或可能降低心臟疾病的風險，並促進整體心血管健康。††

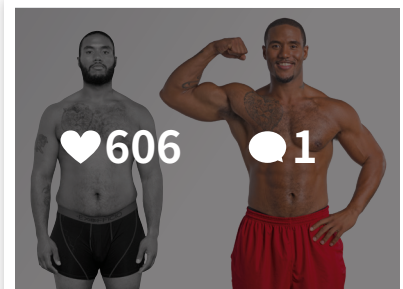


ISAGENIX 咖啡

由100%來自公平貿易的阿拉比卡咖啡豆經中度烘烤製成，味道柔和，為您的清晨帶來愉悅的感受。

AMPED™ HYDRATE 補水活力飲料

一款便捷的運動飲料，幫助您在鍛煉中保持水分並感到神清氣爽。



ISABODY修身挑戰賽雖然

Kareem在大學時代已一直參與橄欖球比賽，但進公司工作後就放棄了他的運動習慣。當他的搭檔Taylor開始使用Isagenix後，Kareem也加入了這個群體，開始改變自己的習慣。在進行IsaBody修身挑戰賽的同時，Kareem完成了一項了不起的壯舉 - 一場88K超級馬拉松比賽 - 並成為一名2016年IsaBody修身挑戰賽的決賽入圍者! #IsaBody

現在，誰已做好準備迎接這個挑戰？

很簡單。每天都是一個奶昔日或深層淨化日。

奶昔日 每天用IsaLean 奶昔替代兩餐，並享用最多兩份營養均衡的健康零食，以及一份400-600卡路里的正餐。例如，您可以把奶昔作為早餐，在午餐時享用健康食品，再將營養美味的奶昔作為晚間的最後一餐。請在您的 IsaLife 應用程式中查看食譜例子。

深層清潔日 在深層淨化日，您將避免一般餐點，取而代之，用4份Cleanse For Life 修身營養飲料為身體淨化排毒，充分體會間歇性飲食的好處。好消息是：在深層淨化日也可以吃零食！我們將在下一頁為您詳細介紹。

您的每月計劃將類似于以下的時程表：

每週1次淨化排毒日

第1天 S*	第2天 S*	第3天 C	第4天 S	第5天 S	第6天 S	第7天 S
第8天 S	第9天 S	第10天 C	第11天 S	第12天 S	第13天 S	第14天 S
第15天 S	第16天 S	第17天 C	第18天 S	第19天 S	第20天** S	第21天 S
第22天 S	第23天 S	第24天 C	第25天 S	第26天 S	第27天 S	第28天 S
第29天 S	第30天 S					

連續的深層淨化日

S*	S*	第1天 C	第2天 C	第3天 S	第4天 S	第5天 S
第6天 S	第7天 S	第8天 C	第9天 C			

若您目前正處於懷孕或哺乳期、患有糖尿病、服用藥物、有醫療狀況，或正在開始體重管理計劃，請在使用Isagenix產品或改變任何其他飲食習慣前諮詢您的醫師。

若有不良事件請立即停止使用。

前往WelcomeToIsagenix.com網站，在IsaLife應用程式中自訂您的深層淨化日時間表。

成功提示：

- 堅持履行時間表！
- *我們建議您在首次深層淨化日前先進行2-5天的奶昔日。
- **為確保您收到下個月的產品，請務必註冊加入自動發貨計劃。詳情請諮詢您的教練。



奶昔日

早餐前

1份IONIX SUPREME 生之源

早餐

ISALEAN 奶昔

1粒NATURAL ACCELERATOR

燃脂修身膠囊

上午

可選零食 (不超過200卡路里)

午餐

ISALEAN 奶昔 或 400-600卡路里的餐食

1粒NATURAL ACCELERATOR

燃脂修身膠囊 (可選)

下午

可選零食 (不超過200卡路里)

晚餐

ISALEAN 奶昔 或 400-600卡路里的餐食

睡前

ISAFUSH 舒暢膠囊 1-2 粒膠囊，

用8安士水送服

專家建議：進行體育運動的人士不妨考慮使用IsaLean PRO 奶昔來替代以往的IsaLean 奶昔，或是在您喜愛的IsaLean 奶昔中加入一勺IsaPro® 至尊乳清蛋白，以增加蛋白質攝入量。額外的蛋白質能幫助您維持長久的飽足感。您可以採用許多不同的方式自行設定奶昔日及深層淨化日。請記住，這些只是指南！

***若作為唯一的零食，Whey Thins 乳清薄脆餅及Harvest Thins現在可用於深層淨化日。
一天僅限一包。

深層淨化日

早餐前

1份IONIX SUPREME 生之源

早餐

CLEANSE FOR LIFE 修身營養飲料

4安士飲品或2勺粉末

2片ISAGENIX SNACKS 代餐小點心

1粒NATURAL ACCELERATOR 燃脂修身膠囊

上午

可以在淨化排毒日享用的零食

(請參看零食選擇。)

午餐

CLEANSE FOR LIFE 修身營養飲料

4安士飲品或2勺粉末

2片ISAGENIX SNACKS 代餐小點心

1粒NATURAL ACCELERATOR

燃脂修身膠囊 (可選)

下午

CLEANSE FOR LIFE 修身營養飲料

4安士飲品或2勺粉末

可以在淨化排毒日享用的零食

(請參看零食選擇。)

晚餐

CLEANSE FOR LIFE 修身營養飲料

4安士飲品或2勺粉末

2片ISAGENIX SNACKS 代餐小點心

睡前

ISAFUSH 舒暢膠囊 1-2 粒膠囊，

用8安士水送服



零食選擇

IsaDelight 巧克力、e+ 能量飲、Isagenix Greens 蔬菜營養素、Isagenix Fruits™ 水果營養素、Slim Cakes® 高纖修身餅乾、Whey Thins 乳清薄脆餅、Fiber Snacks™ 纖維零食棒、Harvest Thins

Isagenix Snacks 代餐小點心、1-2片
IsaDelight 巧克力、¼個蘋果或梨、
1份 AMPED Hydrate 補水活力飲料 (若運動)、
1-2份e+ 能量飲、
1袋Harvest Thins 豐收薄脆餅***、
1袋Whey Thins 乳清薄脆餅***

問：我為要起步而感到十分緊張！我如何才能不半途而廢呢？

答： 責任心！責任心！責任心！當您的身邊充滿支持時，您會發現這一旅程變得容易了很多。嘗試加入IsaBody 修身挑戰賽，您將成為這個全球大團體的一員，而當中的每個人都在努力不懈地改變生活。我們在這裡互相扶持。請訪問WelcomeToIsagenix.com網站獲取更多資訊。

問：我如何在深層淨化日裡充飢？

答： 非常簡單，請嘗試我們任何一種適合深層淨化日的零食選擇，例如美味的Whey Thins 乳清薄脆餅或IsaDelight 巧克力。誰不會想要在深層淨化日裡享用巧克力呢？

問：我為什麼要進行淨化排毒？

答： 深層淨化日幫助啟動您自身的排毒系統。Isagenix的Cleanse for Life 修身營養飲料旨在為您的身體提供額外的支持，為間歇性飲食做好準備。[†]

問：我在使用現有計劃的同時可以食用IsaLean 非乳製奶昔嗎？

答： 是的！您可隨意用IsaLean 非乳製奶昔替代IsaLean 奶昔。

問：我如何用創新的方式享受IsaLean 奶昔？

答： 非常簡單！嘗試加入新鮮水果、肉桂等香料，或是Isagenix咖啡、Greens 蔬菜營養素或Fruits 水果營養素等Isagenix產品。但請留意，自定的IsaLean奶昔可能會含有更高的熱量。

問：如果我感到疲倦或頭痛，是不是應該停用我的計劃？

答： 若您有這些症狀，請食用一份小零食。如果您的症狀嚴重或持續出現，請及時就醫。

問：我剛剛完成了連續兩個深層淨化日，還希望繼續下去！我仍然能繼續堅持深層淨化日？是否能夠再提高成效嗎？

答： 恭喜您成功完成了深層淨化日，但請您避免過勞。按時完成進度，保持穩定性。請記住，我們建議每週一天深層淨化日。您可以選擇連續做兩天深層淨化日，但不要超過每週兩天的時限。我們還建議每個月不要超過四天深層淨化日。

問：我經常運動，而且正在我的計劃中逐步增加運動量。我能否在感到飢餓的時候增加食量？

答： 聽起來您已經入門了！我們建議您用IsaLean PRO 奶昔替代您的一份或兩份IsaLean 奶昔，或者在每1 1/2勺的IsaLean 奶昔中添加一勺IsaPro 至尊乳清蛋白，以增加您的蛋白質攝入量。額外的蛋白質有助為您的身體提供運動時所需的營養和熱量。

這裡提到的減重、強化肌肉、生活方式及其他結果是某些Isagenix客戶非一般的個人體驗，不應被視為一般或普遍情況。結果會因每個人的努力程度、身體機能、飲食習慣、時間、鍛練情況，以及包括遺傳和生理狀況在內的其他因素而有所不同。

下一步...

首先，恭喜您完成了您的計劃！完成初始計劃後，您可以再次使用同一個的計劃，或是開始任何一個具有特定功效的計劃，以幫助您達到更高的健康目標。

您的旅程並不止步於此！不，而是遠不止於此。這種新的健康生活方式讓您看起來煥然一新。我們希望為您提供最有效的工具，協助您保持卓越的成就！

為您的成功**做出承諾**，並保持您的成果！

繼續設定目標，並分享您的體驗。

挑戰自我才能獲得真正的**改變**；參加IsaBody 修身挑戰賽！

一天還是第一天？
您的選擇。



†本聲明未經美國食品藥品監督管理局的評估。
本產品不可用於診斷、治療、治癒或預防任何疾病。



Peak Performance
Begins at **Isagenix.com**



390101289

2100_us_enct_WeightWellness_060118
© 2018 Isagenix All Rights Reserved