



아이사바디 챌린지 가이드

대한민국

ISABODY CHALLENGE®

신체를 변화시키고, 삶을 변화시키세요.



대한민국





아이사바디 챌린지란 무엇일까요?

아이사바디 챌린지는 16주간에 걸쳐 진행되는 도전 프로그램으로, 여러분의 궁극적인 건강 및 웰니스 목표 달성을 돕기 위해 준비되었습니다. 아이사바디 챌린지를 성공적으로 완료한 모든 사람에게는 1천만원의 그랜드 프라이즈 수상 기회가 주어지며, 그랜드 프라이즈 우승자는 미국 본사의 글로벌 셀러브레이션 행사에서 5만 달러를 추가로 수상하게 되는 글로벌 그랜드 프라이즈 경쟁에 참여하게 됩니다!

도전 혜택

도전 기간에 본인의 건강, 피트니스 및 전반적인 웰니스에 대한 새로운 목표를 세우게 됩니다. 또한, 여러분은 응원과 격려를 아끼지 않고 지원하는 커뮤니티의 일원이 될 수 있습니다. 아이사바디 챌린지는 여러분의 삶을 변화시키는 도전입니다. 삶의 변화의 주인공에 도전하세요!

아이사바디 챌린지 상금 및 부상

	글로벌 그랜드 프라이즈 워너 (그랜드 프라이즈 워너 중, 연간 1명)	그랜드 프라이즈 워너 (파이널리스트 중, 연간 1명)	파이널리스트 (평가 기간당 2명, 그랜드 프라이즈 진출)	아너러블 멘션 (평가 기간당 4명)	참가상 (챌린지 완주자 전원)
상금 5만달러	✓				
상금 1천만원		✓			
상금 1백만원			✓		
상금 50만원				✓	
메이크 오버 or 개인화보 촬영	✓	✓	✓	✓	
글로벌 셀러브레이션 참가*	✓	✓			
아이사바디 핀	✓	✓	✓	✓	✓
성취 인증서	✓	✓	✓	✓	✓

*경비에는 숙박, 항공료 교통비가 포함됩니다. *제세 공과금은 본인 부담입니다.

함께 공유하는 최고의 상

아이사바디 챌린지에 참가하고 완주함으로써 사람들은 목표를 세우고, 달성하고 또는 그 이상을 성취하는 경험을 하게 될 것입니다. 각자의 목표가 체중 조절, 근육 강화, 건강한 노후 등 모두 다를 수 있지만, 아이사바디 챌린지는 신체 변화를 통해 모두가 자신의 목표에 도달할 수 있도록 돕습니다. 그리고 그 과정에서 건강 및 웰니스 목표를 위해 서로를 도우며 같은 목표를 가진 사람들이 모인 커뮤니티의 일원이 될 수 있습니다.

글로벌 셀러브레이션에 참가 자격을 얻기 위해 그랜드 프라이즈 워너는 본인의 결과를 반드시 유지해야 하며, 유지 사진을 제출한 후 최종 참가 자격이 결정됩니다. 아이사바디 챌린지에 대한 공식적인 규칙과 수상 내역 등은 IsaBodyChallenge.com 에서 확인하실 수 있으며, 모든 규칙과 규정 등은 사전 고지 없이 변경될 수 있습니다.

본 안내서 상의 체중 감량 및 기타 결과 등에 관한 내용은 각 개인의 영양 및 건강상태, 운동습관, 라이프스타일, 개인의 노력 정도 등에 따라 달라질 수 있습니다. 임신부나 수유부, 당뇨 또는 약물 복용 등, 특수한 상황 또는 의학적 치료과정에 있는 경우에는 아이사제닉스 제품을 사용하기 전에 전문가와 상의하시기 바랍니다.

참가 방법

변화는 여러분의 손끝에서 간단히 시작됩니다. IsaBodyChallenge.com에 접속하세요. 그리고 "IsaBody Challenge 자세히 알아보기"라고 씌여진 녹색 버튼을 클릭합니다.

ISABODY CHALLENGE

성공을 향한 여정을 시작하세요

1 '과거' 사진:

챌린지 참가 직전의 마지막 모습을 찍으세요.

서 있는 모습으로 전신 사진 4장을 찍습니다. 1장은 반드시 날짜가 기재된 신문, 휴대폰 등을 들고 찍습니다. 챌린지에 등록하려면 시작일을 기준으로 2주 이내에 "과거" 사진을 업로드해야 합니다.

2 500 BV:

제품 사용하기

챌린지가 진행되는 16주 기간 동안 매월 최소 100 BV, 누적 500 BV 이상의 아이사제닉스 제품을 구매 및 사용해야 합니다.

3 '현재' 사진:

새롭게 변한 나를 만나세요.

서 있는 모습으로 전신 사진 4장을 찍습니다. 사진 한 장에는 종료 날짜를 알 수 있는 신문, 휴대폰 등을 들고 촬영합니다. 종료 시점을 기준으로 2주 이내에 업로드합니다.

4 감동을 주는 에세이:

여러분의 이야기를 들려주세요.

각자의 아이사바디 챌린지 여정에 대해 250~500자 가량의 에세이를 작성하여 자신의 "현재" 사진과 함께 제출합니다.

5 유지하기:

유지 입증 사진 등을 제출하세요.

챌린지 마감 기한보다 3주 이상 전에 챌린지 완료 및 완료 자료를 제출한 경우에는, 안내된 유지기간 동안 전신을 찍은 "유지" 사진 4장을 추가로 제출해야 합니다. (1장은 반드시 날짜가 기재된 신문, 휴대폰 등을 들고 찍습니다.)

클라우디아 톰치크(Claudia Tomczyk)

2018년 호주/뉴질랜드
아이사바디 챌린지
그랜드 프라이즈 워너



시작하기

챌린지를 시작하기 위해서는 먼저 시작 전의 사진을 찍고, 신체 치수도 측정합니다. 편안하게 긴장을 푼 상태에서 맨 살에 측정하는 것을 권장합니다.

신체 치수 측정하기

현재 체중 _____

목 _____



허리 _____

- 배꼽을 기준으로 허리둘레를 측정하세요.
- 배에 힘을 주지 않고 편안한 상태를 유지합니다.
- 가장 정확한 결과가 나오도록 줄자를 수평으로 유지합니다.

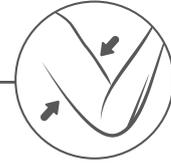
엉덩이 _____



오른쪽 허벅지 _____

왼쪽 허벅지 _____

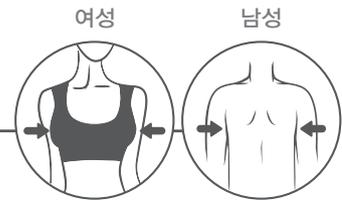
- 두 발을 모으고 섭니다.
- 골반 뼈와 무릎 사이의 중간 지점인 허벅지 둘레를 측정합니다.
- 가장 정확한 결과가 나오도록 줄자를 수평으로 유지합니다.



오른쪽 팔 _____

왼쪽 팔 _____

- 팔을 팔꿈치 부근에서 90도 각도가 되도록 접습니다.
- 이두근(어깨와 팔꿈치 중간 지점)의 가장 높이 솟아 있는 지점에서 팔 둘레를 측정하세요.



가슴 _____

- 여성은 가슴선에서 치수를 잽니다.
- 남성은 양팔 겨드랑이에 줄자를 둘러 치수를 잽니다.
- 가장 정확한 결과가 나오도록 줄자를 수평으로 유지합니다.

오른쪽 종아리 _____

왼쪽 종아리 _____

ISABODY STATION



아이사바디 스테이션은 서울 비즈니스 센터 내에 마련된 공간으로, 아이사바디 챌린지를 위한 사진 촬영 공간 및 체중·체성분·신체치수 측정을 위한 체성분분석기가 준비되어 있습니다.

아이사바디 챌리지 사진 촬영 가이드

아이사바디 챌린지에 제출되는 사진은 그랜드 프라이즈 워너 선정을 위한 중요한 판정기준이 됩니다. 각자의 변화를 가장 잘 담아낼 수 있도록 반드시 안내된 규정을 준수하여 사진을 촬영합니다.

사진 촬영 방법

정면 (날짜 확인용)



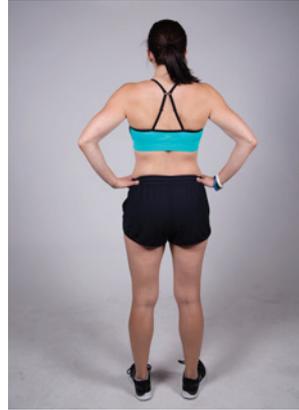
1. 몸에 타이트하게 붙는 운동복이나 요가복을 입습니다. 가능하다면 남성은 상의를 벗고, 여성은 탱크탑을 입고 찍으세요.

정면



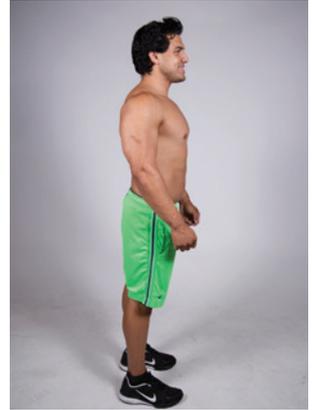
2. 본인이 사진의 중심이 될 수 있도록 아무것도 없는 벽이나 하얀 배경 앞에서 사진을 찍으세요.

후면



3. 화질이 좋은 사진을 찍기 위해서는 조명이 밝은 곳에서 좋은 카메라로 사진을 찍으세요.

측면

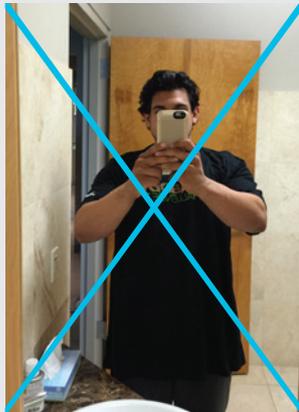


4. 올바른 자세로 똑바로 서서, 측면이 잘 보일 수 있는 좋은 각도로 찍으세요.

기준에 맞지 않는 촬영 예시



1. 늘어지거나 너무 험렁한 옷은 입지 마십시오.



2. 셀카나 본인의 모습이 나온 거울 사진을 찍지 마시고 얼굴을 가리지 마십시오.



3. 역광이 있거나 주변이 정돈되지 않은 배경 앞에서 사진을 찍지 마십시오.



4. 어두운 곳에서 사진을 찍거나 이미지가 깨지는 저화질 사진을 제출하지 마십시오.

*포토샵 또는 핸드폰 어플 등을 이용하여 사진을 보정한 사실이 확인될 경우, 심사대상에서 탈락 및 수상이 취소될 수 있습니다.

다음 단계

사진 제출과 신체 치수 측성을 완료했다면 이제 챌린지 동안 동기 부여를 유지할 수 있도록 자신의 도전과정을 일기로 작성하시는 것이 좋습니다. 다음 질문을 시작해보세요.

- 나는 “왜” 아이사바디 챌린지에 참가하게 되었고 그 이유는 무엇인가?
- 이번 아이사바디 챌린지에서 나의 목표는 무엇인가?
- 다음 16주 동안 나의 목표를 달성하기 위해 어떻게 실천해 나갈 것인가?

**일상을
변화시키세요**

아이사린™ 셰이크와 같이 건강한 식사 대용식품을 이용하여 목표를 향해 나아가세요. 맛있고 즐겁게, 영양과 에너지를 손쉽게 공급할 수 있습니다. 주문하시려면 지금 바로 www.isagenix.com을 방문하세요!



2018-2019년 아이사바디 챌린지 참가 신청 및 평가 기간

언제든 원하는 시기에 아이사바디 챌린지 참가 신청이 가능합니다! 참가 신청 시기 및 결과 제출일에 따라 평가 기간이 결정됩니다.

제1 참가 신청 및 평가 기간

참가 신청 마감
반드시 기한 내 신청

12월
5

챌린지 및 개인 결과 제출 마감
기한 내 개인결과가 제출된 경우에만 해 평가 진행

3월
27

유지 사진 제출 대상
챌린지 마감 기한 3주 전인 다음 일자 이전에 16주 챌린지를 종료한 경우, 종료 사진 제출 이후 추가로 유지 사진 제출

3월
6

유지 사진 제출 기한
챌린지 마감 마지막 주인 다음 기간에 유지 사진 제출

3월
20

3월
27

제2 참가 신청 및 평가 기간

참가 신청 마감
반드시 기한 내 신청

3월
27

챌린지 및 개인 결과 제출 마감
기한 내 개인결과가 제출된 경우에만 해 평가 진행

7월
17

유지 사진 제출 대상
챌린지 마감 기한 3주 전인 다음 일자 이전에 챌린지를 종료한 경우, 추가로 유지사진 제출 대상이 됨

6월
26

유지 사진 제출 기한
챌린지 마감 마지막 주인 다음 기간에 유지 사진 제출

7월
10

7월
17

제3 참가 신청 및 평가 기간

참가 신청 마감
반드시 기한 내 신청

7월
17

챌린지 및 개인 결과 제출 마감
기한 내 개인결과가 제출된 경우에만 해 평가 진행

11월
6

유지 사진 제출 대상
챌린지 마감 기한 3주 전인 다음 일자 이전에 16주 챌린지를 종료한 경우, 종료 사진 제출 이후 추가로 유지 사진 제출

10월
16

유지 사진 제출 기한
챌린지 마감 마지막 주인 다음 기간에 유지 사진 제출

10월
30

11월
6

챌린지 및 평가 기간 적용 예시

참가자 A

- 2018년 10월 28일에 아이사바디 챌린지 참가 신청
- 2019년 2월 16일에 아이사바디 챌린지 완료
- 모든 완료 자료를 2019년 3월 1일에 제출
- 2019년 3월 20~27일 사이에 유지 사진을 제출해야 합니다.

참가자 A는 유지 사진을 제출해야 2019년 **제1 평가 기간**에 참가할 수 있습니다.

참가자 B

- 2018년 12월 3일에 아이사바디 챌린지 참가 신청
- 2019년 3월 25일에 아이사바디 챌린지 완료
- 모든 완료 자료를 2019년 3월 27일에 제출
- 유지 사진은 제출하지 않아도 됩니다.

참가자 B는 2019년 **제1 평가 기간**에 참가할 수 있습니다.

참가자 C

- 2018년 12월 3일에 아이사바디 챌린지 참가 신청
- 2019년 3월 25일에 아이사바디 챌린지 완료
- 모든 완료 자료를 2019년 3월 28일에 제출
- 2019년 7월 10~17일 사이에 유지 사진을 제출해야 합니다.

참가자 B는 2019년 **제2 평가 기간**에 참가할 수 있습니다.

참가자 B가 전체 완료 자료를 2019년 3월 27일 기한을 하루 넘긴 3월 28일 제출하였기 때문에 2018년 제1 평가 기간이 적용되지 않습니다. 참가자 B는 제2 평가 기간을 이용할 수 있으며, 이 경우 반드시 유지 사진을 추가로 제출해야 평가가 진행됩니다.

사업 시작하기

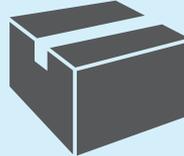
알고 계셨나요?

아이사바디 챌린지는 신체 및 건강을 변화시킬 뿐만 아니라 여러분의 사업을 변화시키도록 도와드릴 수 있습니다. 아이사바디 챌린지에 참가하도록 함으로써 구매 유지율과 평균 주문금액을 높일 수 있습니다. 또한 제품을 단순히 사용하기만 하는 고객들이 비즈니스 빌더로 전환될 수 있도록 도울 수 있습니다.

80%

아이사바디 챌린지가 진행되는 첫 90일 안에 챌린지에 등록하고 챌린지를 완료한 사람들 중 80%는 1년이 지난 후에도 여전히 아이사제닉스와 함께 하는 것으로 확인되고 있습니다.

227 BV



아이사바디 챌린지를 완료한 사람의 월평균 구매 BV는 227 BV입니다. 이는 액티브 회원의 월평균 구매 BV의 거의 두 배에 해당됩니다.



제시 존슨(Jesse Johnson)
2015년 북아메리카
파이널리스트 (결승 진출자)

“저는 아이사바디 챌린지 덕분에 저의 비즈니스가 빠르게 성장할 수 있었다고 믿습니다. 아이사바디 챌린지는 제 아내와 저에게 성공 스토리를 만들어주고 소셜 미디어를 활용해 저희 여정에 함께할 사람들을 모을 수 있도록 도와주었습니다. 아이사바디 챌린지를 사업 도구로 지속적으로 활용하는 것이 성공의 비결입니다.”



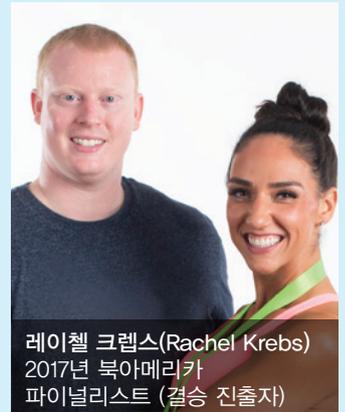
대니얼 파튼(Daniel Parten)
2016년 북아메리카
파이널리스트 (결승 진출자)

“우리는 모두가 도움이 필요하다고 생각합니다. 그리고 바로 그 도움을 아이사바디 커뮤니티에서 얻을 수 있다고 믿습니다. 아이사바디 챌린지에 참가하는 고객은 구매 유지율이 눈에 띄게 증가했을 뿐만 아니라 더욱 완벽하고 오래 지속되는 신체적, 정신적, 감정적 변화를 누리는 것을 볼 수 있었습니다. 성공은 다른 사람에게 전염됩니다!”



알비 셰퍼드(Alvie Shepherd)
2016년 북아메리카 그랜드
프라이즈 워너

“새로운 팀원을 등록시킬 때 저는 항상 그들에게 이상적인 삶과 건강에 관한 비전을 가지라고 조언합니다. 저는 팀원들이 이런 비전을 갖고 아이사바디 챌린지에 도전할 수 있도록 하고 있습니다. 아이사바디 챌린지는 제 비즈니스 성장의 원동력입니다. 많은 사람들이 자신에 대해 기뻐하고 만족스러워 할 때 각자의 아이사제닉스 여정을 계속할 가능성이 높기 때문입니다.”



레이첼 크랩스(Rachel Krebs)
2017년 북아메리카
파이널리스트 (결승 진출자)

“아이사제닉스 비즈니스는 우리 가족에게는 축복과도 같았어요. 이 비즈니스를 통해 아이들과 함께 하는 시간이 많아졌고 가게 소득도 증가했지요. 다른 가족들이 더 건강해지고 전업주부로 지내던 엄마들이 자신의 사업을 시작하도록 도와주는 동시에 매주 소득을 올릴 수 있다는 사실이 정말 놀라워요!”

아이사바디 지원

아이사바디 소셜 미디어

아이사바디 챌린지 참가자들로 이뤄진 온라인 커뮤니티를 통해 자신의 진행 정도나 최신 상태를 공유함으로써 최종 목표에 이르기 위한 여정에 도움을 받을 수 있습니다.

Facebook.com/Groups/IsaBC

Instagram.com/IsaBody (@IsaBody)

아이사바디 고객 지원 센터

공유하고 싶은 놀라운 IsaBody 경험담이 있다면 소셜 미디어 페이지에 #IsaBody를 이용해 게시해 주세요! 다른 모든 문의 사항, 의견 또는 우려 사항이 있으시면 당사 고객 지원 센터에 CustomerServiceKR@IsagenixCorp.com으로 연락해 주십시오.

아이사바디 챌린지 웹사이트

도전 시작하기, 상금, 규칙과 성공 스토리에 관한 자세한 정보는 IsaBodyChallenge.com에서 확인하십시오.

ISABODY 미션

우리는 **변화가** 모두를
위한 것이라고 믿습니다.

함께

영감을 주고, 지원해 주며, 보상을 주면서
목표를 넘어섭니다.

아이사제닉스는 여러분이
자신의 잠재력을
완전히 이끌어내도록 지원합니다.

신체를 **변화시키고,**
삶을 **변화시키세요.**