




改變相集



THE  BODY
LOOK
BOOK

第一版

修身挑戰賽的使命

THE ISABODY *MISSION*

我們相信每個人都可作出改變

WE BELIEVE THAT
TRANSFORMATIONS
ARE FOR EVERYBODY.

我們可以互相啟發、支援、鼓勵並一起達成目標。

TOGETHER

WE INSPIRE, WE SUPPORT, WE REWARD,
AND WE EXCEED OUR GOALS.

我們挑戰您發揮您所有潛能。

WE CHALLENGE YOU
TO EMBRACE
YOUR FULL POTENTIAL.



愛身健麗改變生命的答案 了解更多

愛身健麗擁有改變生命的答案，我們很榮幸可向您展示一群因我們高品質的產品而過着更美滿健康生活的個案。無論您需要管理體重、改善表現或是想變得更年輕，愛身健麗都有答案。

我們承諾提供有科學實證而且不妥協的產品。我們創新的產品提供真正及持久的效果。當您翻閱這手冊時，

您將可見證一些令您難

以置信並且可激勵

及啟發您的改變。

祝願成功，

Jim, Kathy, and

Erik Coover



JIM COOVER

共同創辦人兼總

KATHY COOVER

共同創辦人兼執行副總裁

ERIK COOVER

資深全球市場開發副總裁






生命的耐力及持久力

每天的開始都充滿活力、清新並注滿能量！尋找您改善表現的關鍵，包括在健身室、辦公室或日常生活中。

每個人都想過着活力充沛、清醒及注意力集中的生活。愛身健麗提供工具助您改善及保持您每天任何時間的自然能量，令您可於生活各領域中發揮所長。

Muhammad Fakhruddin

馬來西亞 

別回頭看

為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗提供所有我所需要的產品。額外的蛋白質可幫助增加肌肉並令我活力充沛。愛身健麗有完善的套裝。”

最喜愛的產品

- 至尊乳清蛋白®
- e+™超能量飲
- 補水活力飲品
- IsaLean Bar

增加肌肉



成功秘訣

“做對的事！想像您想要的，別回頭看並永不放棄。”



餐單
例子



- 早餐 = 至尊乳清蛋白®和麵包
- 午餐 = 糙米、雞胸肉、烤魚、西蘭花、蘿蔔、菠菜和沙律
- 下午茶 = ISALEAN BAR 或代餐點心
- 晚餐 = 蘋果、西瓜和兩塊全麥麵包
- 睡覺前 = 修身營養素

運動支援



- 運動前 = E+™超能量飲
- 在運動時 = 補水活力飲品



前

相信自己

Hui Juan, 新加坡 🇸🇬

為什麼選擇愛身健麗？

“我完全被愛身健麗的領袖及他們的效果所感動。我渴望得到同樣效果。”

最喜愛的產品

- 生之源粉劑
- Product B™ 抗氧化劑加端粒保護™
- e+™ 超能量飲™



成功秘訣

“建立信念，嘗試產品。與人分享。”

付出努力,達到效果

Louis, 印尼 🇮🇩

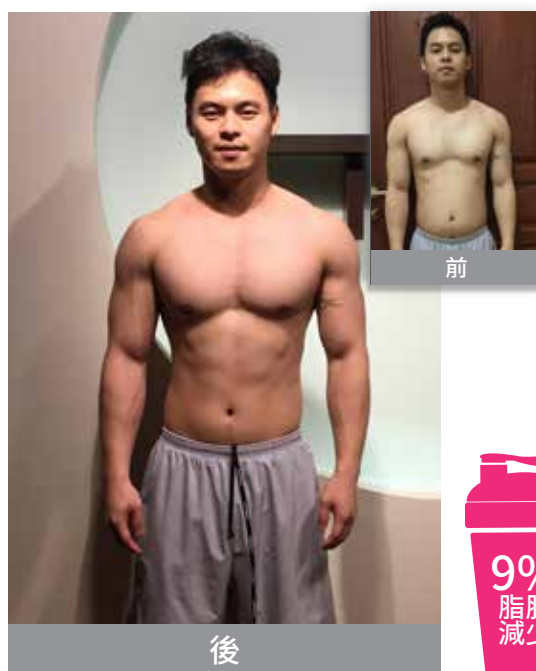
愛身健麗的體驗

“由使用愛身健麗開始，我感到我的能量及耐力有了具大改善。愛身健麗給我所需的營養。”



最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔



成功秘訣

“付出努力，消耗高蛋白質，熱愛生命並永不放棄！”



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐前 = 香蕉和乳酪
- 午餐 = 雞胸肉和飯
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔

夢想成真

Wei Ting, 台灣 🇨🇵

為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗提供了一個簡單且完善的產品系統，幫助我和我的朋友保持健康的生活。”

最喜愛的產品

- e+™超能量飲



成功秘訣

“非常簡單。跟隨系統，您便可體驗您個人的改變！”

永不放棄

Noraini, 新加坡 🇸🇬

為什麼選擇愛身健麗？

“非常簡單，產品真的有效！”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- Product B™抗氧化劑加端粒保護
- 修身營養素
- e+™超能量飲

成功秘訣


“守紀律，無論任何情況都要愛自己。”



- 早餐 = 生之源粉劑和愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 吞拿魚鷹嘴豆沙律
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 運動前 = e+™超能量飲
- 小食 = 代餐點心



Tan Boon Hooi

馬來西亞 

憑著自信發 揮無限潛能



為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗改善了我健康的各種需要，幫助我建立更好的生活模式，並改善了我整體的膚色。”

最喜愛的產品

- 至尊乳清蛋白
- 修身營養素



成功秘訣

“對自己有信心，不管您需要多長的時間達到您的目標，都永不放棄您的目標。付出努力，您將每天都變得更好。”



前

- 清晨 = 修身營養素
- 早餐 = 至尊乳清蛋白®
- 午餐前 = 三文魚和蘆筍
- 午餐 = 糙米、蘆筍和雞胸肉
- 下午茶 = 健康的小食
- 晚餐 = 三文魚和蘆筍
- 睡覺前 = 生之源粉劑，修身營養素，和至尊乳清蛋白®

運動支援

- 運動前 = E+™超能量飲
- 在運動時 = 補水活力飲品
- 運動後 = 至尊乳清蛋白®

堅持到尾，便可成功

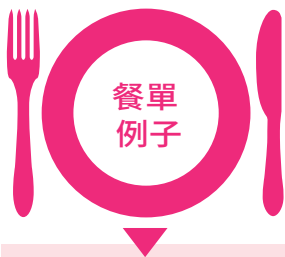
Ronnie, 加拿大 🇨🇦

為什麼選擇愛身健麗？

“產品背後的科研及效用是我選擇愛身健麗的主要原因。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- t+ Chai



- 早餐=生之源粉劑和至尊乳清蛋白®
- 午餐前 = 代餐點心或烩蛋
- 午餐 = 至尊乳清蛋白®
- 下午茶 = 代餐點心或烩蛋
- 晚餐 = 蛋白質、蔬菜和非基因改造的碳水化合物
- 淨化日 - 每週一次



成功秘訣

“抱着開放的態度及堅持。”

不要等待，立即開始！

Angela, 香港 🇭🇰



為什麼選擇愛身健麗？

“公司很關心客戶及常常尋求方法改善我們的體驗、產品、推廣及獎勵。愛身健麗真是一個以家庭為本的公司。”

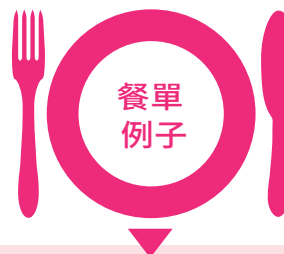
最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源粉劑



成功秘訣

“您會為自己開始得太遲而感到後悔。因為實在太簡單了！”



- 早餐=生之源粉劑、至尊乳清蛋白®和愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐前 = 蘋果和1湯匙的有機花生醬
- 午餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 下午茶 = 烩蛋和菠菜沙律
- 晚餐 = 烤三文魚及西蘭花炒飯

實踐目標

Tan Chee Meng, 馬來西亞 

成功秘訣

“定下明確及可行的目標。無論如何都要集中精神。為您的目標定下時間表，最重要的是永不放棄。”



為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗有全球最好的產品。感謝愛身健麗，現在我有無限的力量及強健的體魄。”

最喜愛的產品

- 至尊乳清蛋白®
- 補水活力飲品
- e+™超能量飲

健康的生活模式

Glen, 新加坡 

為什麼選擇愛身健麗？

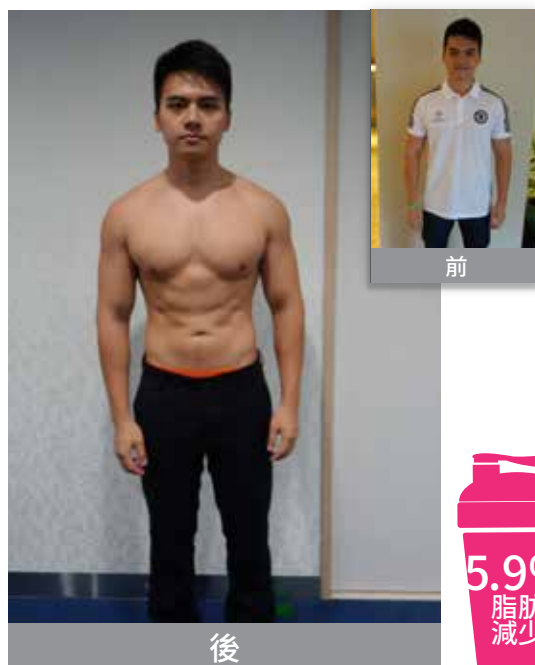
“愛身健麗提供最優質的營養，改善了我每天的運動習慣！”

最喜愛的產品

- 至尊乳清蛋白®
- 修身營養素
- 愛身健麗蛋白棒 - 葡萄燕麥



- 早餐 = 生之源粉劑及至尊乳清蛋白®
- 午餐 = 蔬菜、雞和飯
- 晚餐 = 修身營養素及至尊乳清蛋白®
- 運動前 = 愛身健麗蛋白棒



成功秘訣

“成功的關鍵在於紀律和決心。”

Farizal

新加坡



正確的態度， 正確的效果

為什麼選擇愛身健麗？

“這優質的產品加快我運動後的恢復！”

最喜愛的產品

- 至尊乳清蛋白®
- Product B™抗氧化劑加端粒保護
- 修身營養素
- 生之源粉劑

3.2 公斤
增加肌肉

成功秘訣

“保持正面的態度！相信產品及您認為最適合自己的方法。”



餐單
例子

- 早餐 = 生之源粉劑及至尊乳清蛋白®
- 午餐 = 橄欖油香煎雞，西蘭花和飯
- 晚餐 = 烤魚和飯
- 睡覺前 = PRODUCT B™抗氧化劑加端粒保護



前



運動支援

- 運動前 = E+™超能量飲
- 在運動時 = 補水活力飲品
- 運動後 = 至尊乳清蛋白®





我的突破時刻

Thai, 加拿大 🇨🇦

為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗通過科學實證。我使用產品時感覺非常好。我增強了力量、建立更多肌肉及減少了脂肪。最好的是，我並不感到身體機能退步。”

最喜愛的產品

- e+™超能量飲
- 至尊乳清蛋白®
- 生之源粉劑



運動支援

- 運動前 = E+™超能量飲
- 在運動時 = 補水活力飲品
- 運動後 = 愛麗佳蛋白營養奶昔

成功秘訣

“完成整個 16 星期的挑戰。在忙碌的一天進行淨化，可令您忘記食物。”



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐前 = 生之源粉劑和蛋白
- 午餐 = 雞、西蘭花及飯
- 晚餐 = 火雞沙律
- 睡覺前 = PRODUCT B™抗氧化劑加端粒保護

簡單及有效

Otto, 印尼 🇮🇩

為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗很簡單。我得到更好的能量、更優質的睡眠並每天都感到十分良好。有如超人一樣！”

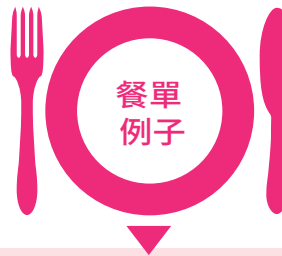
最喜愛的產品

- 生之源粉劑

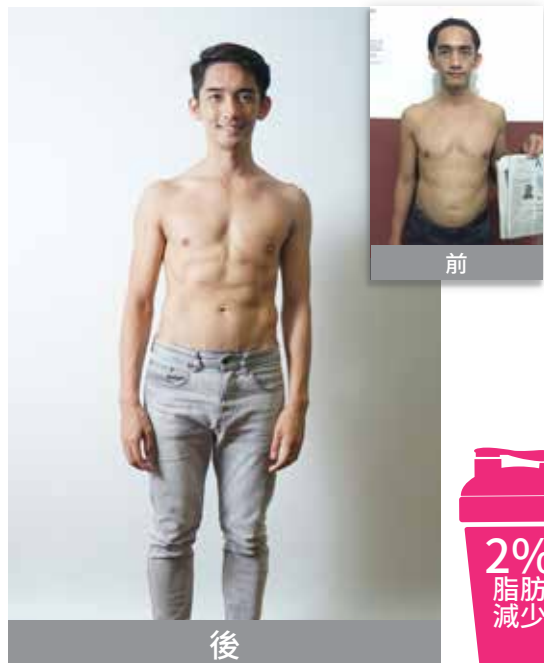


成功秘訣

“這是一個生活模式。與朋友一起使用產品以得到額外的支援。”



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐前 = 蔬菜和水果
- 午餐 = 烤魚、蔬菜和飯
- 下午茶 = E+™超能量飲和烩蛋
- 晚餐 = 蕃薯、雞和蔬菜



運動支援

- 運動前 = 生之源粉劑
- 運動後 = 至尊乳清蛋白®

集中在遠大的目標上

Mohammad Afiq, 馬來西亞 🇲🇾

為什麼選擇愛身健麗?

“我嘗試過不同的健康保健產品,我最喜愛的是至尊乳清蛋白®。它幫助我恢復運動後的勞損及我燃燒脂肪。”

最喜愛的產品

- 至尊乳清蛋白®

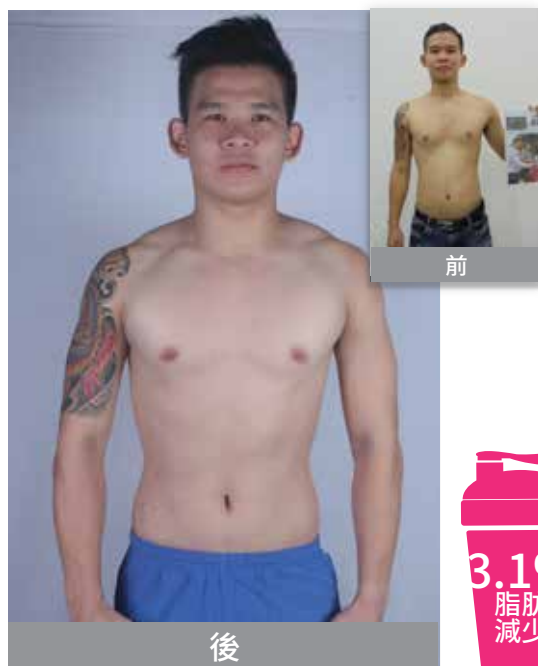


成功秘訣

“堅持和集中意志力令我不斷向目標前進。”

愛身健麗真的有效

Jimmy, 印尼 🇮🇩



為什麼選擇愛身健麗?

“愛身健麗有最高質素的产品因為它有不妥協承諾,顧客能夠得到最佳的健康及保健品。”

最喜愛的產品

- e+™超能量飲
- 愛麗佳蛋白營養奶昔

成功秘訣

“如您認真地使用產品,而您肯堅持和有耐性,您便會相信愛身健麗將很適合您。”



- 早餐= 飯、蔬菜和雞
- 午餐=飯、蛋和雞胸肉
- 晚餐= 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 睡覺前= 生之源粉劑

運動支援

- 運動前 = E+™超能量飲
- 在運動時 = 補水活力飲品
- 運動後 = 至尊乳清蛋白®



Ong Wooi Keong

馬來西亞 

Feeling Better Than Ever

愛身健麗的體驗

“我對產品的熱誠和信念幫助我改善我的健康及營養。我現在熱愛協助我的社區改善生命。健康就是財富。”

最喜愛的產品

- e+™超能量飲
- 至尊乳清蛋白®
- 修身營養素
- 生之源粉劑
- 補水活力飲品



- 清晨= 生之源粉劑, E+™超能量飲, 和 修身營養素
- 早餐= 愛麗佳蛋白營養奶昔和炒蛋
- 午餐前= 雞、蕃薯、蔬菜和杏仁
- 午餐 =三文魚、飯和蔬菜
- 下午茶= 烤雞、薯角、蔬菜和核桃
- 晚餐= 焗薯仔、烤牛肉和蔬菜
- 晚餐後 = 水果沙冰和燕麥
- 睡覺前= 生之源粉劑

運動支援

- 運動前 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 在運動時 = 補水活力飲品
- 運動後 = 至尊乳清蛋白®



成功秘訣

“想像您的成功。透過輕鬆的淨化日達到您的目標。想像活出健康的人生。在您察覺之前，您已經感到變得更年輕！”







真實的個案，真正的效果

配合愛身健麗，您可減去多餘的體重、淨化有害物質、管理情緒並利用正確的營養改善您的體質和提升能量。

憑著您個人的效果。您可啟發他人，令他們的生活可得到改善。

*減重不應視為常態活動。2012年位於美國芝加哥的伊利諾伊大學研究指出，測試者於使用愛身健麗產品30天後，平均可減去4.08公斤。相比傳統的飲食習慣，測試者較堅持使用愛身健麗產品並有更持續的減重效果。

嘗試和真實

Marian

新加坡 🇸🇬

成功秘訣

“相信您能做到，永不放棄！”

為什麼選擇愛身健麗？

“真實的個案，真正的效果。我只需嘗試並相信自己。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源粉劑
- 修身營養素
- Product B™抗氧化劑加端粒保護



- 早餐 = 生之源粉劑, 愛麗佳蛋白營養奶昔, 至尊深海魚油及PRODUCT B™抗氧化劑加端粒保護
- 午餐 = 飯、蔬菜、豬
- 晚餐 = 蔬菜和烤雞
- 睡覺前 = 修身營養素



5.7 公斤
減重

堅持以達到效果

Dzul Afiezal, 馬來西亞 🇲🇾

為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗時常提供高品質的產品。最重要的是，產品都符合安全規格，對我真的很重要。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 修身營養素
- e+™超能量飲
- 生之源粉劑
- 補水活力飲品



成功秘訣

“一直堅持，您便可看到效果。”



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔 和 生之源粉劑
- 午餐 = 飯、蔬菜、雞胸肉和修身營養素
- 晚上 = 愛麗佳蛋白營養奶昔和修身營養素

更多的能量

Sylvia, 印尼 🇮🇩

愛身健麗的體驗

“在加入愛身健麗，我感到缺乏能量並無法運動。在使用產品後，我擁有更多能量並每週到健身室4次。另外，我擁有更優質的睡眠，我愛愛身健麗！”

最喜愛的產品

- 修身營養素
- 愛麗佳蛋白營養奶昔



- 早餐 = 生之源粉劑 和 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 飯、雞、蔬菜
- 下午茶 = E+™超能量飲
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 睡覺前 = 修身營養素



成功秘訣

“當您正在改變時，要守紀律、堅持和有耐性。”



淨化生命

Nhài, 越南 🇻🇳



成功秘訣

“要有耐性、刻苦和樂觀”



為什麼選擇愛身健麗？

“修身營養素可幫助您的身體。身體所積聚的毒素可能是很多身體問題的成因。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源粉劑
- 修身營養素



- 早餐 = 修身營養素和愛麗佳蛋白營養奶
- 午餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 晚餐 = 烤魚、飯、蔬菜和修身營養素

完全的改變

Joana, 印尼 🇮🇩

為什麼選擇愛身健麗？

“我擁有更多活力及更好的專注力。愛身健麗助我改變了生命，無論是健康或經濟上。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 修身營養素
- e+™超能量飲



成功秘訣

“守紀律和堅持。要有耐性和相信過程。”



感受愛身健麗的不同

Ruhaniza, 馬來西亞 🇲🇾

為什麼選擇愛身健麗?

“我熱愛愛身健麗的產品!我可感受使用產品後的分別並立即看到效果。產品非常可口並易於使用。最重要的是,愛身健麗提供了我身體所需的營養。多謝愛身健麗,現在我擁有完美的體態。我重拾活力和自信,並過着健康的生活。”

最喜愛的產品

- 至尊乳清蛋白®
- 修身營養素



11.7 公斤
減重

成功秘訣

“建立均衡的飲食和運動、保持正面、並專注於您渴望的效果。”



- 早餐 = 生之源粉劑 和 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐前 = 代餐點心
- 午餐 = 蕃薯、三文魚、水果和蔬果
- 下午茶 = 代餐點心
- 晚餐 = 糙米、雞和蔬菜
- 睡覺前 = 修身營養素

運動支援



- 運動前 = E+™超能量飲
- 在運動時 = 補水活力飲品
- 運動後 = 至尊乳清蛋白®

重生並變得年輕

Joyce, 新加坡 🇸🇬



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔 及 PRODUCT B™抗氧化劑加端粒保護
- 午餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 晚餐 = 飯、蔬菜和烤魚
- 睡覺前 = 修身營養素



最喜愛的產品

- 修身營養素
- Product B™抗氧化劑加端粒保護
- 愛麗佳蛋白營養奶昔

5.7 公斤
減重

成功秘訣

“每週一次深層淨化”

最適當的時間

Fred, 香港 🇭🇰

愛身健麗的體驗

“我一直渴望改變生命。我的介紹人於最適當的時間向我介紹了愛身健麗。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源粉劑



成功秘訣

“每天早晚都飲愛麗佳蛋白營養奶昔。多喝水和多做運動!”



- 早餐 = 生之源粉劑和愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 烤豬肉或雞、飯和雜菜
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔

配合愛身健麗， 可容易保持體態

Kuo Song, 台灣 🇹🇼



為什麼選擇愛身健麗?

“愛身健麗提供了體重管及淨化的產品助我達到目標。另外，我可透過愛麗佳蛋白營養奶昔得到更多的活力。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔



成功秘訣

“緊貼愛身健麗的系統、運動和守紀律!”

堅持不懈



Imran

馬來西亞 🇲🇾

成功秘訣

“您必須守紀律和有毅力。”

愛身健麗的體驗

“愛身健麗協助我保持健康和活力。”

最喜愛的產品

- 至尊乳清蛋白®
- 修身營養素



- 清晨= 修身營養素
- 早餐= 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐= 蔬菜和雞婆肉
- 下午茶= ISALEAN BAR
- 晚餐= 至尊乳清蛋白®
- 睡覺前= 修身營養素



前



改變帶來商機

Po-Hung

台灣 🇹🇼

為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗不單有優質的產品，同樣有很好的獎金計劃讓我們可以賺取額外收入。”

最喜愛的產品

- 生之源粉劑
- 修身營養素
- e+™超能量飲
- 愛麗佳蛋白營養奶昔

成功秘訣

“我跟從簡單的計劃並從此改變了我自己。相信產品及向您認識的朋友分享，令所有人都可以從中得益。”



前



受啟發而決定改變

Yoyo 香港 🇭🇰

為什麼選擇愛身健麗？

“我看見朋友在愛身健麗有很好的效果，我自己也想有相同的效果。”

最喜愛的產品

- 生之源粉劑
- 補水活力飲品
- 水果營養素



成功秘訣

“戒吃不健康食物、使用產品及多做運動。”



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 蒸西蘭花及飯
- 晚餐 = 菠菜米粉

夢想成真

Chendra, 印尼 🇮🇩



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔及生之源粉劑
- 午餐 = 飯、魚及菜
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 睡覺前 = 修身營養素



為什麼選擇愛身健麗？

“產品很獨特，它給予我更多能量，令我在日常生活中更專注。我希望可以幫助更多人獲得時間及財務自由，愛身健麗是完美的選擇。”

最喜愛的產品

- 生之源粉劑
- 修身營養素



成功秘訣

“不要停止學習公司及產品上的知識。”

我可以,您都可以

Tshun Hau, 新加坡 

成功秘訣

“跟隨系統,就像數1,2,3般簡單”



2.7 公斤
減重

為什麼選擇愛身健麗?

“愛身健麗有不妥協產品,對我非常有效!”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 修身營養素



- 早餐 = 生之源粉劑及愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 紅米、菜、魚及番薯
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 睡覺前 = 修身營養素

完整及簡單

Raja Adella, 馬來西亞 

為什麼選擇愛身健麗?

“愛身健麗提供一個完整、簡單及容易跟隨的系統。產品很方便、美味及有驚人的效果。”

最喜愛的產品

- 生之源粉劑
- 修身營養素
- e+™超能量飲
- 愛麗佳蛋白營養奶昔



成功秘訣

“樂在其中及享受成功的過程”



- 起床後 = e+™超能量飲及生之源粉劑
- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 飯、烤魚及菜
- 下午茶 = 水果及菜
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔



- 運動前 = E+™超能量飲
- 運動後 = 愛麗佳蛋白營養奶昔

專注結果

Zulkepli
馬來西亞 

愛身健麗的體驗

“愛身健麗從健康上及財務上的確幫助了我。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源粉劑
- 修身營養素
- e+™超能量飲
- 補水活力飲品

成功秘訣

“專注跟隨系統，您便會看到效果。”



- 起床後= 生之源粉劑
- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 飯、菜、烤魚
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔

運動支援

- 運動前 = E+™超能量飲
- 在運動時 = 補水活力飲品



前

經濟實惠及有效

Gilda, 印尼 🇮🇩

為什麼選擇愛身健麗?

“愛身健麗產品經濟實惠及含有美味的天然成份。我很享受使用產品，它們的用法真的很簡單。我感到更精神及更容易完成我的活動。我現在更有信心。”

最喜愛的產品

- 修身營養素
- 愛麗佳蛋白營養奶昔



成功秘訣

“嘗試產品，它們很美味及有良好的效果!”



- 早餐 = 修身營養素及愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 菜、魚及水果
- 下午茶 = 愛麗佳蛋白營養奶昔及生之源粉劑
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 睡覺前 = 修身營養素

改善健康及整體感覺

Jamallaile, 新加坡 🇸🇬



- 早餐 = 生之源粉劑、愛麗佳蛋白營養奶昔、至尊深海魚油丸及PRODUCT B™抗氧化劑加端粒保護
- 午餐 = 紅米、烤雞及菜
- 晚餐 = 紅米、牛扒及菜
- 睡覺前 = 修身營養素



為什麼選擇愛身健麗?

“愛身健麗有優質的產品，可以改善我的健康及整體感覺。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源粉劑
- 修身營養素



成功秘訣

“保持紀律，定期使用產品，您便會看到效果。”

自信的重生

Rini, 印尼 🇮🇩

成功秘訣

“想達成目標，您必須有決心，和思想正面。這樣您便會更快樂了。”



8.1 公斤
減重

愛身健麗的體驗

“開始愛身健麗系統之後，我開始有更好的飲食習慣。我變得更有自信、更快樂和更健康。我的目標是邀請所有人來體驗我的效果，從而變得更健康。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 修身營養素



餐單
例子

- 早餐 = 生之源 及 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 白飯，雞肉和 蔬菜
- 晚餐 = 烤魚沙律
- 睡前 = 修身營養素

運動支援



- 運動前 = E+超能量飲
- 運動後 = 愛麗佳蛋白營養奶昔

尋獲自由

Chien, 越南 🇻🇳

愛身健麗的體驗

“愛身健麗幫助我去體驗一種全新的自由。感謝愛身健麗!”

最喜愛的產品

- 修身營養素
- E+超能量飲
- 愛麗佳蛋白營養奶昔

成功秘訣

“為自己體驗產品”



3.97 公斤
減重



餐單
例子

- 早餐 = E+ 超能量飲 及 湯麵
- 午餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 睡前 = 修身營養素

改變一生的效果

Gunavathi

馬來西亞 

愛身健麗的體驗

“愛身健麗幫助我改變我的身體狀況。對於這個改變我一生的選擇，我感到非常自豪和高興，我愛每一秒鐘之改變。全靠我的新力量，我現在很享受做運動！”

最喜愛的產品

- 生之源
- 修身營養素
- E+超能量飲
- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 愛麗乳清蛋白奶昔
- 補水活力飲品



成功秘訣

“為您的身體注入正確的營養和動起來！”

- 清早 = 修身營養素
- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔 和 生之源
- 午餐 = 糙米, 烤魚, 和 蔬菜
- 晚餐 = 愛麗乳清蛋白奶昔 和 生之源
- 睡前 = 修身營養素

運動支援



- 運動前 = E+超能量飲
- 運動後 = 補水活力飲品



前

被證實的效果

Ronald, 印尼 🇮🇩

為什麼選擇愛身健麗？

“我在世界各地都看到愛身健麗的成功個案，人人都減了重，變得更健康。我便想試用產品，我非常慶幸我有嘗試！”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 修身營養素



成功秘訣

“跟愛身健麗提供的系統，您便會看到效果。”



生命的高質營養

Sonia, 美國 🇺🇸

為什麼選擇愛身健麗？

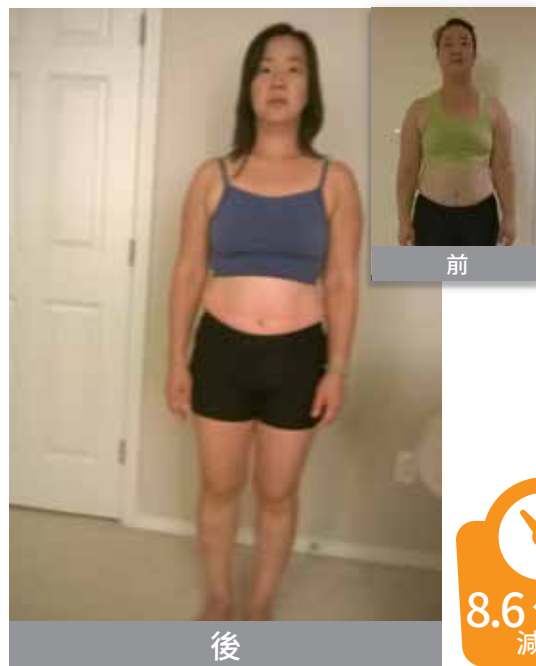
“愛身健麗的產品和諧地配合，讓我一整天都充滿高質素之營養！我愛它的簡單和方便性，可以讓我保持健康的生活模式。”

最喜愛的產品

- 生之源
- 修身營養素

成功秘訣

“樂於改變。讓他人的改變激勵自己，繼而激勵別人。不要單獨去做！”




- 早餐 = 愛麗乳清蛋白奶昔, 生之源, 和 愛麗蔬菜飲
- 午餐 = 雞肉藜麥沙律
- 晚餐 = 愛麗乳清蛋白奶昔
- 睡前 = 修身營養素

運動支援

- 運動前 = E+超能量飲
- 運動後 = 補水活力飲品

變得健康

Niki

馬來西亞 

為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗之產品已被科學證實，而且表現出來！愛身健麗的產品幫助我得到健康的體和身型。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 愛麗乳清蛋白奶昔
- 修身營養素
- E+超能量飲

成功秘訣

“只要你跟從系統，便可看到效果”



餐單
例子

- 早餐 = 愛麗乳清蛋白奶昔和 E+超能量飲
- 午餐前 = 烩蛋和黑咖啡
- 午餐 = 糙米, 清蒸蔬菜, 和烤雞
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 睡前 = 麥皮加脫脂牛奶

運動支援

- 運動前 = E+超能量飲
- 運動時 = 補水活力飲品
- 運動後 = 愛麗乳清蛋白奶昔



健康和快樂

Chi-Chiao, 台灣 🇹🇼

愛身健麗的體驗

“遇到愛身健麗之前我有情緒問題。現在我是一個快樂、健康的媽媽！愛身健麗的系統非常容易跟隨和保持！”

Favorite Product

- 生之源



成功秘訣

“使用、愛上、享受。”



將喜訊傳開

Anky, 香港 🇭🇰



愛身健麗的體驗

“因為愛身健麗，我變得非常健康！我希望將我的經歷和愛身健麗之產品分享給我的朋友和家人！”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源
- 水果營養素
- 至尊深海魚油丸

成功秘訣

“跟著系統的指引，吃少一點，運動多一點。”



- 早餐 = 生之源 及 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 焗薯仔和白飯
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔





從來未試過在年紀增長後看起來這麼年青

年齡只是一個數字，所以請與它抗衡！結合衡常運動、最新的淨化理念、營養代餐及保持年輕的產品助您優雅及有活力地迎接年齡上升。

愛身健麗幫助您從內到外改善您的身體。準備為產品效果而覺得驚訝。

減重不應視為常態活動。2012年位於美國芝加哥的伊利諾伊大學研究指出，測試者於使用愛身健麗產品30天後，平均可減去9磅。相比傳統的飲食習慣，測試者較堅持使用愛身健麗產品並有更持續的減重效果。

值得信賴的產品帶給您效果

Rui Zhen, 台灣 🇹🇼

為什麼選擇愛身健麗？

“產品經過多重測試及驗證，令我對產品及公司很有信心，所以我決定試試看。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源粉劑
- 修身營養素

年齡
56



成功秘訣

“相信並持續使用產品。您會發現很容易維持您的效果。”

愛身健麗適合所有人

Hà, 越南 🇻🇳

年齡
53

成功秘訣

“時常記謹年齡只是一個數字”



為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗是與眾不同的，幫助全世界改變生命。”

最喜愛的產品

- 修身營養素
- 生之源粉劑
- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- e+™超能量飲



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔 及 生之源粉劑
- 午餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 下午茶 = e+™超能量飲
- 晚餐 = 沙律
- 睡覺前 = 修身營養素

任何年齡都可擁有的效果



Nancy

新加坡



為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗是一間有產品效果的公司。沒有愛身健麗，我便沒法做到這樣的效果。”

最喜愛的產品

- 修身營養素
- Product B
- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- e+™超能量飲

成功秘訣

“跟隨計劃並持之以恆以獲得驚人效果。”



餐單
例子

- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔及 PRODUCT B
- 午餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 晚餐 = 紅米、烤雞及蔬菜
- 睡覺前 = 修身營養素 及PRODUCT B



前



12 公斤
減重

感覺比以前更年輕

Wan Man

台灣 🇹🇼

愛身健麗的體驗

“我感覺比以前更年輕。成功減重令我更有自信。我今年已經50歲但看起來像40歲！”

年齡
50

最喜愛的產品

- 修身營養素
- 生之源粉劑
- 至尊深海魚油丸

成功秘訣

“您只要專注於系統便能完成您的目標。”

 12 公斤
減重



改變由現在開始

Lai Man, 香港 🇭🇰

愛身健麗的體驗

“我的朋友使用愛身健麗系統得到良好效果，我急不及待使用而我亦很高興我有嘗試。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔

年齡
61



餐單
例子

- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 午餐 = 三文魚扒及雜菜
- 晚餐 = 烤雞、飯及蔬菜



5.4 公斤
減重

成功秘訣

“吃對的食物及使用愛身健麗的系統。”

經嘗試及真實的比較

Jen, 美國 🇺🇸



4.1 公斤
減重

為什麼選擇愛身健麗?

“我小心地比較市面上不同的計劃，我發現愛身健麗能帶給我最想要效果。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 修身營養素

成功秘訣

“迎接改變及不要害怕失敗。一步一步跟隨系統、檢視您的進度、分享您的故事，相信您可以做到。”



餐單
例子

年齡
51

- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔及PRODUCT B
- 午餐 = 烤蔬菜沙律
- 下午茶 = 杏仁或蔬菜
- 晚餐 = 焗三文魚、烤蔬菜及PRODUCT B
- 睡覺前 = 修身營養素

保持專注及相信

Thomas, 香港 🇭🻜

成功秘訣

“保持專注、相信自己、跟隨系統，就是這麼簡單。”



為什麼選擇愛身健麗？

“我見證我的妻子有很好的效果。我覺得愛身健麗不單可以改善健康，它也可以改變我的人生。愛身健麗幫助我重拾已經失去15年的運動員體質。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源粉劑

年齡
52



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔 及生之源粉劑
- 午餐 = 牛扒、雜菜及焗薯仔
- 晚餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔、生之源粉劑及至尊深海魚油丸

投向成功的眼光

Mei Lan, 台灣 🇹🇼

成功秘訣

“信任愛身健麗及相信產品。維持使用系統及對目標不要鬆懈”



年齡
55

愛身健麗的體驗

“我感到開心很多，我一星期有一個淨化日以維持我的效果。旅遊時，愛麗佳蛋白營養奶昔是一個營養均衡又方便的營養餐。”

最喜愛的產品

- 修身營養素
- 愛麗佳蛋白營養奶昔



建立一個支援系統



年齡
54

Ade
印尼 🇮🇩

為什麼選擇愛身健麗？

“愛身健麗有經證實效果！當我開始使用愛身健麗產品後，我感到前所未有的精神。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源粉劑

成功秘訣

“衡常並持續地使用產品。鼓勵所有人都做同樣的事令所以人都可以互相支持。”


6 公斤
減重



前



餐單
例子

- 起床後 = 生之源粉劑
- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 早上 = E+™超能量飲
- 午餐 = 三文魚及蔬菜
- 晚餐茶 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 睡覺前 = 修身營養素

54歲，成功挑戰IsaBody

為什麼選擇愛身健麗？

“我選擇愛身健麗因為我覺得它可以為我身體提供高質素的營養。”

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 修身營養素
- 生之源粉劑

年齡
54

成功秘訣

“有紀律，向不健康的食物說不及專注做對自己好的事。”



- 起床後 = 生之源粉劑
- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔 and e+™ 超能量飲
- 午餐 = 烤雞及蔬菜
- 下午茶 = 生之源粉劑
- 晚餐茶 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 睡覺前 = 修身營養素


3.5 公斤
減重



前



在成功中建立信念

Candy 香港 🇭🻜



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 早上 = 生果及果仁
- 午餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 晚餐 = 雞胸肉沙律
- 睡覺前 = 修身營養素



15.7 公斤
減重

愛身健麗的體驗

“我曾經使用相似的產品，但效果未能持續。我看見很多愛身健麗成功故事，相信如果他們能成功，我也能成功！”

最喜愛的產品

- 修身營養素
- 生之源粉劑

成功秘訣

“訂立一個可達成的目標並全力堅持實踐”

年齡
57

停止發夢，馬上開始

Evi, 印尼 🇮🇩

最喜愛的產品

- 愛麗佳蛋白營養奶昔
- 生之源粉劑
- 修身營養素
- e+™超能量飲

年齡
53



- 早餐 = 愛麗佳蛋白營養奶昔 及 生之源粉劑
- 午餐 = 魚、飯及沙律
- 晚餐 = 雞、飯及沙律



4 公斤
減重

運動支援

- 運動前 = E+™超能量飲
- 運動後 = 補水活力飲品

成功秘訣

“專注您的計劃並相信您正在做的事。成功不容易，停止發夢，馬上開始。”



前

完成 開始 挑戰

1

「前」照： 舊我的最後留影

拍4張正面及側面的站立照(一張手持拍攝日期的證明)，
在2星期內遞交。

2

「後」照： 展示全新的您

拍4張正面及側面的站立照(一張手持拍攝日期的證明)，
在2星期內遞交。

3

具啟發性的感想： 說出您的故事

寫一篇250-500字的感想分享您的修身挑戰賽旅程，與「後」照
一同遞交。

4

500BV： 使用產品

在16個星期的挑戰內購買超過500BV的愛身健麗產品。

5

維持： 照片及身形

如果您在挑戰賽回合完結前3星期之前已完成挑戰，您要遞交
4張正面及側面的站立照(一張手持拍攝日期的證明)。



ISABODYCHALLENGE.COM

**想了解更多官方規則請瀏覽 IsaBodyChallenge.com/Rules



IsaBodyChallenge.com

今天就在您的後勤辦公室登記!



©Isagenix 2016. All Rights Reserved. 15-4006ASIA | 021616 | Hong Kong