

Для спортсменов

Схема оптимизации режима включения адаптационных механизмов:

Подготовительный этап (20 дней).

«Истоки чистоты» - тройная система клеточного очищения организма.

«Адаптовит» .

Этап экстремальных физических нагрузок.

1-4 день. «Панторал». «Эйколен».

5-7 день. «Панторал». «Эйколен».

8-14 день. «Панторал». «Эйколен».

С 15 дня. «Кардиовит» утром и перед сном. «Эйколен».

Восстановительный этап (15 дней).

1-15 день. «Витэл» за 30 минут до первого приема пищи.

«ЭПАМ-96».

«Эйколен» в первой половине дня.

«Нефровит» утром и перед сном.

Чай «Чистое озеро», «Гибкий лук», «Трава жизни» 2 раза в день вместе с приемом пищи.

«Ритмы здоровья» - комплекс витаминов и минералов с учетом биоритмов организма утром и вечером.

Дополнительные рекомендации

Для защиты кожи рук и лица - фитомолочко «Ласточка», бальзам «Секрет лекаря»

При переохлаждении - «Аливит» с 1 стаканом горячего чая или воды.

При ОРВИ - «ЭПАМ-7» через каждый час в течение первых 6 часов, затем 4 раза в день до прекращения симптомов.

При бактериальных инфекциях - «ЭПАМ-900» под язык через каждый час в течение первых 6 часов, затем 4 раза в день до прекращения симптомов.

При поражении глаз - «ЭПАМ-1000» в разведении 1:10 или в виде компресса на глаза.

При травмах, ушибах и растяжениях - бальзамы «Корень», «Одон», «Исток» или «Лес».

Программа повышения выносливости и восстановления организма:

Подготовительный этап 1 (30 дней).

«Истоки чистоты» - тройная система клеточного очищения организма.

ЭПАМ-«Свершение-ЗМ» в любое питье (сок, чай, кофе).

Витакальций, Витахром, Витаселен в первой половине дня, прием разности.

Подготовительный этап 2 (15 дней).

«Эйколен» днем.

«Адаптовит» под язык в первой половине дня.

Этап экстремальных физических нагрузок(10 дней).

1-4 день. *«Панторал»* в первой половине дня. *«Эйколен»* в первой половине дня.

5-7 день. *«Панторал»* в первой половине дня. *«Эйколен»* в первой половине дня.

8-10 день. *«Панторал»* в первой половине дня. *«Эйколен»* в первой половине дня.

Восстановительный этап (15 дней).

Фиточай «Гибкий лук» (суставной) 2 раза в день с пищей.

Фиточай «Чистое озеро» (очищающий) утром и днем.

«Ритмы здоровья» (витаминно-минеральный препарат нового поколения. Помимо всех необходимых человеку витаминов и микроэлементов, он содержит уникальные растительные вещества - хронобиотики, которые способствуют гармонизации биологических ритмов человека) - 30 дней утром и вечером.