

OGX FENIXTM PRODUKT-FAQS

1. WAS IST FENIX?

FENIX ist der exklusive Mahlzeitenersatz-Shake von ORGANO zur Gewichtskontrolle.

Er kombiniert Molkenprotein mit Vitaminen, Mineralstoffen, Ballaststoffen und dem Ganoderma-Pilz.

Durch tägliches Trinken dieses leckeren Mahlzeitenersatz können Sie Gewicht verlieren bzw. Ihr Gewicht nach einem Gewichtsverlust halten.

2. WAS MACHT FENIX SO EINZIGARTIG?

- Er enthält kein genetisch verändertes Molkenprotein.
- Er enthält weniger als 250 kcal pro Portion.
- Er enthält den Ganoderma-Pilz.
- Er ist glutenfrei.
- Er schmeckt hervorragend.

3. WIE VERWENDE ICH FENIX?

Um Gewicht zu verlieren, ersetzen Sie täglich zwei Mahlzeiten einer kalorienarmen Ernährung durch einen Messlöffel FENIX gemischt mit 250 ml fettarmer Milch, gefolgt von einer dritten gesunden Mahlzeit und Snacks.

Wir empfehlen, dass Sie zum Frühstück einen FENIX-Shake trinken, da er mehr Nährstoffe als viele normale Frühstücksvarianten enthält. Studien zeigen, dass Proteine zum Frühstück zu einem längeren Sättigungsgefühl beitragen.

4. WAS SIND DIE VORTEILE VON FENIX?

- Der Shake-Mix ist eine vollständige Mahlzeit – schnell und preisgünstig.
- Er enthält mehr Nährwerte zu einem besseren Preis als viele gängige Nahrungsmittel.
- Sie können eine vollständige Mahlzeit für knapp 2 Euro genießen, wenn Sie den Shake mit fettarmer Milch zubereiten.
- Schnelle Zubereitung: Der Shake ist in weniger als einer Minute zubereitet.
- Dank des hohen Proteingehalts hilft er bei der Appetitkontrolle.
- Er enthält Protein, das zur Erhaltung von gesunden Knochen benötigt wird.
- Er enthält Protein, das einfach zu verdauen und absorbierbar ist.
- Er enthält Protein, das zum Wachstum und zur Erhaltung von Muskelmasse beiträgt.
- Er enthält den Ganoderma-Pilz.

5. WER KANN DEN SHAKE NUTZEN?

Der Shake ist großartig für Erwachsene, die sich gesund ernähren möchten, um ihr Gewicht nach einem Gewichtsverlust zu halten oder um Gewicht zu verlieren. Lassen Sie sich von einem Ernährungsexperten beraten, wenn Sie schwanger sind, stillen oder besondere Bedürfnisse haben.

6. KANN ICH NUR WASSER FÜR DEN SHAKE VERWENDEN?

Nein, der Mahlzeitenersatz-Shake muss mit fettarmer Milch gemischt werden. Stellen Sie sicher, dass Sie diesen Anweisungen folgen.

Folgen Sie dem Mahlzeitenplan für Tipps und Menüideen, damit Sie sich gesund ernähren und ausreichend Kalorien zu sich nehmen.

7. KANN ICH ALLE 3 MAHLZEITEN DURCH DEN SHAKE ERSETZEN?

Nein. Dieses Produkt ist keine alleinige Nahrungsquelle. Wir empfehlen, dass Sie nur 2 Mahlzeiten durch Shakes ersetzen und eine gesunde dritte Mahlzeit zusammen mit gesunden Snacks essen, um Gewicht zu verlieren.

8. WELCHER SÜßSTOFF IST IM SHAKE ENTHALTEN?

FENIX enthält den Süßstoff der Stevia-Pflanze.

9. KANN ICH DEN SHAKE TRINKEN, WENN ICH AUF MEINEN BLUTZUCKERSPIEGEL ACHTEN MUSS?

Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie FENIX anwenden.

10. KANN ICH DEN SHAKE MIT MEINEM ORGANO-KAFFEE ODER TEE VERWENDEN?

Ja. Der Shake-Mix kann für ein zusätzliches Aroma mit Kaffee oder Tee gemischt werden. Wir empfehlen eine Mischung mit OG Schwarzem Kaffee. Durch die Zubereitung mit Kaffee oder Tee eignet sich der Shake möglicherweise nicht als Mahlzeitenersatz zur Gewichtskontrolle.

11. WIE VIEL PROTEIN IST IM SHAKE ENTHALTEN?

Wenn der Shake nach Anweisung gemischt wird, sind durchschnittlich 22 g Protein enthalten.

Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) hat Referenzwerte für die Proteinaufnahme der Bevölkerung veröffentlicht. Für Erwachsene gibt die EFSA 0,83 g pro Kilogramm Körpergewicht pro Tag an.

12. IST EINE GRÖßERE PROTEINMENGE NICHT BESSER?

Nein. Es gibt Hinweise darauf, dass der Verzehr von zu viel Protein zu einem erhöhten Osteoporose-Risiko führen und auch bestehende Nierenprobleme verschlimmern kann.

13. WAS IST MOLKENPROTEINPULVER?

Molkenproteinpulver wird aus Milch hergestellt.

Molkenproteinpulver besteht aus etwa 80% Protein, welches von Athleten und Bodybuildern verwendet wird, um Muskelmasse aufzubauen und zu halten.

14. WAS IST EIN MAGERER MUSKEL?

Ihr Körper besteht aus über 600 Muskeln, die wichtig für Ihre Gesundheit sind. Mit zunehmendem Alter verlieren wir magere Muskeln (etwa 3 bis 5 % pro Jahrzehnt ab einem Alter von 30 Jahren). Selbst wenn wir aktiv sind, findet ein Muskelabbau statt.

Hochwertiges Protein in Ihrer Ernährung trägt zusammen mit moderater Bewegung zur Erhaltung der Muskelmasse bei.

15. KANN ICH DEN SHAKE TRINKEN, WENN ICH LAKTOSEINTOLERANT BIN?

Wenn Sie laktoseintolerant sind, sollten Sie vor der Anwendung von FENIX mit Ihrem Arzt sprechen.

16. ENTSTEHEN DURCH DEN VERZEHR BLÄHUNGEN?

Die Umstellung der Ernährung kann bei manchen Menschen kurzzeitig zu Blähungen führen. Die meisten Menschen vertragen FENIX jedoch problemlos.

Bei einigen Menschen können sich Blähungen durch Mandelmilch verschlimmern. Versuchen Sie daher laktosefreie Milch oder Sojamilch. Durch die Zubereitung mit anderen Milchsorten als fettarmer Milch eignet sich der Shake möglicherweise nicht als Mahlzeitenersatz zur Gewichtskontrolle.

17. WIE SCHNELL VERLIERE ICH GEWICHT?

Jeder Mensch ist einzigartig. Wie schnell sich Ihre Erfolge sehen lassen hängt von verschiedenen Faktoren ab. Darunter allen voran Ihr Alter, derzeitiges Gewicht, Konsequenz beim Verfolgen des Plans und Ihrer sportlichen Aktivität.

18. WAS KANN ICH WÄHREND DES PROGRAMMS ESSEN?

Sie sollten weiterhin eine gesunde und ausgewogene Ernährung verfolgen. Unser Mahlzeitenplan gibt Ihnen Ideen für gesunde und leckere Mahlzeiten.

19. ERHALTE ICH ALLE NOTWENDIGEN NÄHRSTOFFE EINER MAHLZEIT AUS EINEM SHAKE?

Ja. FENIX ist eine vollständige Mahlzeit mit Proteinen, Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralstoffen, die Sie sättigt und zu einer gesunden Ernährung beiträgt.

20. IST DER SHAKE GLUTEN- UND LAKTOSEFREI?

Der Shake ist glutenfrei. Er enthält Molkenprotein, das aus Milch hergestellt wird. Er enthält außerdem weitere Allergene wie Soja.

21. IST DER SHAKE ORGANISCH?

Der Shake ist nicht organisch, er enthält jedoch organisches Ganoderma Lucidum.

22. ENTHÄLT DER SHAKE KOFFEIN?

Der Shake enthält kein Koffein oder andere stimulierende Stoffe. Wenn Sie Koffein mögen, können Sie den Shake mit OG Schwarzem Kaffee mischen.

23. WO MUSS DER SHAKE AUFBEWAHRT WERDEN?

Lagern Sie den Shake trocken und kühl und außerhalb der Reichweite von Kindern.

24. WAS KANN ICH IN DEN ERSTEN WOCHEN DER ANWENDUNG VON FENIX ERWARTEN?

Die meisten Menschen fühlen sich gesünder, haben mehr Energie und schlafen besser – und einige verlieren Gewicht!

Grund dafür ist, dass wir mit 2 Shakes pro Tag den Körper mit einer ausgewogenen, vollständigen Ernährung auftanken, die weniger Natrium, Fett und Zucker als gängige Mahlzeiten enthält.



ORGANO