

# ÓLEOS ESSENCIAIS PARA UM *estilo de vida ativo*



Permanecer ativo tem muitos benefícios para saúde. Aumentar o humor, diminuir certas condições de contrair doenças e equilibrar o stress são só alguns. Os atletas levam seus corpos a condições melhores e aumentam a resistência a possíveis lesões. O uso de óleos essenciais e uma suplementação alimentar dão suporte às células, que ajudam a reparar e restaurar o corpo durante e após atividades.

## *usos dos óleos essenciais*

### AROMÁTICO

Óleos Essenciais naturalmente têm poderosos aromas. Seus aromas podem desencadear poderosas respostas psicofisiológicas, mentais e emocionais.

### TÓPICO

Os compostos químicos de óleos essenciais permitem que eles sejam prontamente absorvidos e entrem no sistema sanguíneo. Alguns óleos essenciais podem ser aplicados puros (sem óleo carregador). Outros necessitam de óleo carregador para diluição.

### INTERNO

Ingerir Óleos Essenciais é o método mais potente. Entretanto, a dosagem correta, seguindo tabelas de recomendações e outras diretrizes de profissionais são recomendadas para evitar overdose ou toxicidade desnecessária.

## *porque a qualidade importa*

Para que um óleo essencial seja realmente terapêutico e de categoria superior, precisa ser testado e certificado como puro, potente, genuíno e autêntico.

- Autenticidade significa que a composição é igual a especificidade da planta no frasco.
- Genuinidade é equivalente ao termo inalterado ou significa que o óleo é 100% natural.
- Obtenção do óleo essencial de plantas desenvolvidas em seu habitat nativo afetam a potência.
- A pureza, por si, não necessariamente significa que um óleo é de boa qualidade, deve haver também a potência, ser genuíno e ter propriedades autênticas.

### 1. SINTÉTICO X ALIMENTO COMPLETO

**Complexo nutricional** (Microplex VMz doTERRA) provê mais de 20 vitaminas e minerais essenciais que auxiliam o normal crescimento, funcionamento e manutenção das células. Isso inclui uma alimentação variada de couve, salsinha, algas, brócolis, couve-flor, repolho e espinafre. Além de suporte ao metabolismo, esse suplemento combate radicais livres, auxilia a energia celular e digestão saudável.

### 2. MAIS ENERGIA

**Suplemento Básico de Vitalidade** pode incluir o Complexo Nutricional, Complexo de Vitalidade Celular e o Complexo de Óleo Essencial Omega. O Suplemento Básico de Vitalidade melhora os níveis de energia, clareza mental e função cerebral, digestão saudável, conforto e função saudável de articulações, e diminui o envelhecimento celular.

### 3. CONTROLE DA INFLAMAÇÃO

A inflamação é a resposta biológica do corpo para qualquer coisa que o corpo considere perigoso. Embora a inflamação seja esporádica ou crônica, a dor causada afeta nosso corpo. O Suplemento Básico de Vitalidade conta com muitos ingredientes para modular a inflamação, incluindo: extrato de raiz de açafraão, extrato de boswellia serrata e óleo de peixe. Juntamente com o Suplemento Básico de Vitalidade, há outros óleos essenciais que podem ajudar contra inflamação de muitas maneiras.

Entre eles estão:

Wintergreen, Bétula diminui inflamação e dor  
AromaTouch estimula circulação e fluxo sanguíneo  
DeepBlue revigora nervos e reduz inflamação



## *rotina de exercícios*

### 7 Benefícios de Exercícios Regulares

1. Controle e manutenção do peso
2. Combate doenças
3. Melhora saúde mental e humor
4. Aumenta energia
5. Promove melhor sono
6. Aumenta auto-confiança
7. Reduz stress



## pré treino



### ENERGIA + COMPLEXO DE ESTAMINA

Um *blend* de ervas e extratos com cofatores energéticos feitos para aumentar a energia total enquanto reduz o stress em resposta a atividade física e vida diária. O Complexo de Energia e Estamina dá um gás extra, permite um humor positivo, melhora capacidade aeróbica e aumenta a estamina naturalmente sem o uso de estimulantes maléficos.

## durante treino



### ÓLEO DE PEPPERMINT

Respire o aroma refrescante do puro Óleo Essencial de Hortelã-Pimenta durante seus exercícios. A explosão de refrescância do Peppermint vai ajudar a revigorar seus sentidos e promover efeito energético.



## pós treino

### SHAKE REPOSIÇÃO ALIMENTAR

Um conveniente e delicioso shake para controle de peso que provê baixa gordura, baixa caloria, altamente proteico, muitos nutrientes fibrosos como uma alternativa para pessoas que querem perder peso ou manter o corpo em forma através da diminuição de calorias e exercícios. Beba para suplementar seus esforços, ajudar a prevenir perda de massa magra e tônus muscular e aumentar os níveis de energia enquanto ajuda a aliviar a fadiga acumulada comumente associada com dietas e exercícios.

### DeepBlue

O Creme DeepBlue é perfeito após exercícios pois garante conforto em áreas de desconforto. Simplesmente aplique topicamente para uma sensação de frescor na pele, para massagem confortante pós exercícios em

## receitas

### SPRAY SANITIZANTE

½ xícara de água

2-6 gotas de OnGuard






Adicione os ingredientes em um frasco spray de vidro. Misture bem antes de cada uso para limpar seu colchonete, halteres ou outros equipamentos de exercício.



## como começar

- 35% associação ou kit de cadastro necessário
- 25% desconto nas compras
- Participação no Programa de Recompensa por Fidelidade

### PROGRAMA DE RECOMPENSA POR FIDELIDADE

				
MESES 1 - 3	MESES 4 - 6	MESES 7 - 9	MESES 10 - 12	MESES 13+
10%	15%	20%	25%	30%