


Einnahmeprotokoll NEBENNIERENGESUNDHEIT - 90 Tage

STARTDATUM:	Adrenal Health Adaptogene	Magnesium Citrat 200mg	Famil-E EKomplex	Co-Enzym B- Komplex	Vitamin C-1000 Komplex
Tag	zum Frühstück	zum Abendessen	zum Frühstück	zum Abendessen	zum Frühstück
01 bis 30	1x2	1x2	1x2	1x2	1x2
31 bis 60	1x2	1x1	1x1	1x1	1x2
61 bis 90	1x2	1x1	1x1	1x1	1x2
 www.michaelstary.at © in Kooperation mit Nutri-Direct, Stand Juli 2016		Hinweis: vom Magnesium bleiben 20 Stück über nach 3 Monaten. Diese danach bei Bedarf (Stress, körperliche Anstrengung) verwenden		Hinweis: die drei fett markierten Dosierungen reduzieren sich nach dem ersten Monat	