

### Anwendung und Zubereitung als Tagesration:

Ersetzen Sie alle Mahlzeiten über einen von Ihnen selbst bestimmten Zeitraum durch jeweils fünf Portionen Layenberger Fit+Feelgood pro Tag. **Für eine Portion nehmen Sie drei gehäufte Dosierlöffel Pulver (43g) und 200ml kaltes Wasser und bereiten den Shake am besten in einem Handshaker oder Mixer zu.** 20 Sekunden shaken und dann in kleinen Schlucken trinken. Etwa alle drei Stunden eine Portion zubereiten und immer fünf Portionen am Tag trinken. Nur so ist gewährleistet, dass trotz reduzierter Kalorienaufnahme (**825 kcal/Tag**), Ihr Körper mit allen lebenswichtigen Nährstoffen in ausreichender Menge versorgt wird. Zu den Diät-Shakes immer noch ein großes Glas Wasser zusätzlich trinken (mindestens 2-3 Liter Wasser täglich), damit das Glucosamin in den Magen gelangt. Alle Fit+Feelgood Diät Pulver sind miteinander kombinierbar. Bei richtiger Anwendung ist eine ernährungsbedingte Unterversorgung ausgeschlossen. Mit dem Inhalt dieser Dose können Sie für 2 Tage Ihre komplette Ernährung ersetzen.

### Anwendung und Zubereitung als Mahlzeitenersatz:

Das Ersetzen von zwei der täglichen Mahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung trägt zu Gewichtsabnahme bei. Das Ersetzen von einer der täglichen Mahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung trägt dazu bei, das Gewicht nach Gewichtsabnahme zu halten. Das Produkt erfüllt nur im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung den angestrebten Zweck, andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein. Auch bei dieser Anwendungsform sollten Sie viel Wasser trinken (2-3 Liter pro Tag). **Für eine Fit+Feelgood Mahlzeit nehmen Sie drei gehäufte Dosierlöffel Pulver (43g) und 250ml kalte, fettarme Milch (1,5% Fett) und bereiten den Shake am besten in einem Handshaker oder Mixer zu.** 20 Sekunden shaken und dann in kleinen Schlucken trinken. Mit dem Inhalt dieser Dose können Sie **10 Mahlzeiten** ersetzen.

LAYENBERGER  
PREMIUM PRODUCTS

# FIT+ FEELGOOD Diät

- +** zur Gewichtsreduktion und -kontrolle
- +** mit hohem Proteingehalt
- +** Ballaststoffquelle
- +** garantiert glutenfrei



**KAFFEE-KAKAO** Geschmack

Mit der Fit+Feelgood Diät „Made in Germany“ verwenden Sie ein absolut hochwertiges, regelmäßig geprüftes Qualitätsprodukt. Bei richtiger Anwendung erhält Ihr Körper mit Fit+Feelgood, trotz reduzierter Kalorienzufuhr, alle lebenswichtigen Nährstoffe die er braucht. **Glucosamin trägt im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung zu Gewichtsverlust bei.** Die positive Wirkung von Glucosamin stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3g Glucosamin in drei Portionen à 1g in Verbindung mit 1-2 Gläsern Wasser vor den Mahlzeiten und im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung ein. Diese Voraussetzungen sind erfüllt, wenn Sie unser Produkt wie angegeben als Tagesration zubereiten und verzehren. Die ausgewogene Zusammensetzung, der exzellente Geschmack und die gute Verträglichkeit von Fit+Feelgood unterstützen Sie auf Ihrem Weg zur Wunschfigur.

**Hinweise:** Achten Sie auf eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Regelmäßige körperliche Aktivität und Fit+Feelgood helfen Ihnen Ihr Wunschgewicht zu erreichen. Möchten Sie die Fit+Feelgood Diät in der Anwendung als Tagesration länger als 3 Wochen durchführen besprechen Sie dies bitte mit Ihrem Arzt. Laut Gesetz besteht bei Glucosamin die Verpflichtung des Herstellers, dass bei Personen mit Schluckbeschwerden und/oder unzureichender Flüssigkeitszufuhr Erstickungsgefahr besteht. Die Zubereitungshinweise sind einzuhalten. Weitere Tipps und Hinweise finden Sie unter: [www.fit-und-feelgood.de](http://www.fit-und-feelgood.de)

**Zutaten:** Molkenweiß-Konzentrat, Sojaweiß-Isolat, Maisstärke, Milchweiß-Konzentrat, Sojabl, Mais-Dextrin, Inulin, sprühtrockneter Kaffee (2,8%), Glucosamin (Konjac Mannan), Kakaopulver (2,2%), Maltodextrin, Kaliumcitrat, Aroma, pflanzliches Öl (Palmöl), Kaliumchlorid, Süßungsmittel (Natriumcyclamat, Sucralose, Saccharin), Di-Natriumphosphat, Magnesiumcarbonat, Tri-Calciumphosphat, Emulgator Soja-Lecithin, Eisen-(II)-diphosphat, L-Ascorbinsäure, Nicotinamid, DL-alpha-Tocopherol, Zinkoxid, Calcium-D-pantothenat, Mangan-(II)-sulfat, Riboflavin, Kupfercarbonat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Natriumselenit, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin.

Kann Spuren von Hühner-Eiweiß enthalten.

Nährwertangaben Durchschnittlicher Gehalt	Einheit	In 100g Pulver	pro Portion Tagesration 43g Pulver + 200ml Wasser	pro Mahlzeit 43g Pulver + 250ml Milch (1,5% Fett)
		% NRV*	% NRV*	% NRV*
Energie	kJ kcal	1616 384	695 165	1189 283
Fett	g	8,5	3,6	7,6
- davon gesättigte Fettsäuren	g	1,5	0,6	2,8
- davon einfach ungesättigte Fettsäuren	g	2,1	0,9	1,9
- davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	g	4,9	2,1	2,2
Kohlenhydrate	g	35,0	15,1	27,1
- davon Zucker	g	20,9	9,0	21,0
Ballaststoffe	g	11,0	4,7	4,7
Eiweiß	g	36,5	15,7	24,1
Salz	g	1,3	0,54	0,83
Vitamin A	µg	617 77	265 33	297 37
Vitamin D	µg	3,3 66	1,4 28	1,5 30
Vitamin E	mg	9,9 83	4,2 35	4,3 36
Vitamin C	mg	30,0 38	12,9 16	17,1 21
Vitamin B1	mg	1,0 91	0,47 43	0,56 51
Vitamin B2	mg	2,3 164	1,0 71	1,4 100
Niacin	mg	12,9 81	5,5 34	5,7 36
Vitamin B6	mg	1,0 71	0,45 32	0,57 41
Folsäure	µg	208 104	89,7 45	100 50
Vitamin B12	µg	4,1 164	1,7 68	2,8 112
Biotin	µg	50,0 100	21,5 43	30,2 60
Pantothenensäure	mg	3,3 55	1,4 23	2,3 38
Calcium	mg	404 51	173 22	466 59
Phosphor	mg	528 75	227 32	454 65
Kalium	mg	1548 77	665 33	1053 53
Eisen	mg	11,6 83	5,0 36	5,1 36
Zink	mg	6,7 67	2,8 28	3,8 38
Kupfer	mg	1,0 100	0,45 45	0,48 48
Jod	µg	78,9 53	33,9 23	42,1 28
Selen	µg	42,4 77	18,2 33	25,7 47
Magnesium	mg	115 31	49,5 13	79,5 21
Mangan	mg	0,97 49	0,41 21	0,42 21
Natrium	mg	499	214	332
Linolsäure	g	4,2	1,8	1,8
Glucosamin	g	2,33	1,0	1,0

\*NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EG) Nr. 1169/2011)

Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung - der Portion der Tagesration **286 kJ (67,9 kcal)** - als Mahlzeit **406 kJ (96,6 kcal)**

**Schlank-Diät-Drink**  
Tagesration für gewichtskontrollierende Ernährung, mit Glucosamin und Süßungsmitteln.

**Inhalt: 10 Portionen à 43g entsprechen 2 Tagesrationen** auch zu verwenden als Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung.

**Inhalt e 430g**

**Dosierlöffel beiliegend.** Zur exakten Dosierung Abwiegen empfohlen.

Mindestens haltbar bis Ende: siehe Dosenboden. Füllhöhe variabel und technisch bedingt. Gewicht kontrolliert. Trocken lagern und vor Wärme schützen. Nach dem Öffnen rasch aufbrauchen.

In Deutschland exklusiv hergestellt für: Layenberger Nutrition Group GmbH Am Tränkwald 10 · D-67688 Rodenbach



PZN-02141118

