

BCAA ファスティング プラン

BCAA FASTING PLAN

エステティックヴィーナス
Venus

Day Time	Day1	Day2	Day3	Day4	Day5	Day6	Day7
morning 朝	 ハーブザイム®113 グランプロ 20~40ml プラクティスサイクル 1~2本	 ハーブザイム®113 グランプロ 20~40ml プラクティスサイクル 1~2本	 ハーブザイム®113 グランプロ 300ml + プラクティス サイクル® 1~2本	 ハーブザイム®113 グランプロ 300ml + プラクティス サイクル® 1~2本	 ハーブザイム®113 グランプロ 300ml + プラクティス サイクル® 1~2本	 ハーブザイム®113 グランプロ 20~40ml プラクティスサイクル 1~2本	 ハーブザイム®113 グランプロ 20~40ml プラクティスサイクル 1~2本
noon 昼	 ファストプロミール トマト 1袋  ストレングス サイクル® 1杯	 ファストプロミール 粥 1袋  ストレングス サイクル® 1杯	 ファストプロミール 粥 1袋  ストレングス サイクル® 1杯	 ファストプロミール 粥 1袋  ストレングス サイクル® 1杯	 ファストプロミール 粥 1袋  ストレングス サイクル® 1杯	 ファストプロミール 粥 1袋  ストレングス サイクル® 1杯	 ファストプロミール 粥 1袋  ストレングス サイクル® 1杯
night 夜	 ストレングス サイクル® 1~2杯	 ストレングス サイクル® 1~2杯	 ストレングス サイクル® 1~2杯	 ストレングス サイクル® 1~2杯	 ストレングス サイクル® 1~2杯	 ストレングス サイクル® 1~2杯	 ストレングス サイクル® 1~2杯
water 水分補給の目安	 ファストプロウォーター グランプロ 2ℓ	 ファストプロウォーター グランプロ 2ℓ	 ファストプロウォーター グランプロ 2ℓ	 ファストプロウォーター グランプロ 2ℓ	 ファストプロウォーター グランプロ 2ℓ	 ファストプロウォーター グランプロ 2ℓ	 ファストプロウォーター グランプロ 2ℓ

ご注意:ファスティングは必ず自己責任のもと、無理せず実施してください。実施中、具合が悪くなった場合はすぐに中止してください。実施中は、1日当たり約1ℓ~2ℓの良質な水を、10回以上にこまめに分けて飲んでください。

1 ハーブザイム®113 グランプロ シリーズ



国産の生野菜や果物113種類をヒノキ樽で発酵させた極濃酵素原液。

2 ストレングスサイクル®



しなやかなカラダを育てるエンドウ豆由来のピープロテイン。体のリズムが底上げされるため、ヘルスケア&美容の効果も抜群です。

3 プラクティスサイクル®



エネルギー効率に着目したアミノ酸サプリメント。最新のスポーツ栄養学を研究し、理想のパフォーマンスを発揮するための必須アミノ酸BCAAを配合。

4 ファストプロミール ファスティングプログラムセット



酵素栄養学に基づき開発された酵素ファスティングアシスト食。

5 ファストプロ ウォーター グランプロ



高付加価値水。水分補給とファスティングサポートにおすすめ。