



Magnesium kuur € 90,00

Intensieve magnesium boost

Start met deze intensieve magnesium kuur voor een vitale gezondheid! De kuur houdt in dat je intensief bezig bent met extra magnesium opname via de huid en oraal in verschillende behandelingen voor thuis. Doe jij mee met de Magnesium Maand Challenge voor een betere gezondheid? Bestel dan nu je eigen magnesium kuur pakket!

Inhoud maand kuur pakket

- 4kg pot magnesium kristallen
- 1kg zak magnesium kristallen
- Magnesium sportolie 200ml
- Magnesium sportgel 150ml
- Magnesium citraat poeder 250gr
- Permsal handleiding
- SenseCity brochure
- **Magnesiumolie 50ml gratis cadeau t.w.v. €6,50!**
- **Warmtepad Hart gratis cadeau t.w.v. €9,95!**
- **Magnesium gebruikersboek gratis cadeau t.w.v. €9,95!**

Heb jij behoefte aan meer balans en wil jij je vitaler voelen? Of heb je langdurige fysieke & mentale klachten als vermoeidheid, stress, burn-out, slechte nachtrust, fibromyalgie, artrose, osteoporose, spierkrampen, reumatische klachten of parkinson? Een flinke **magnesiumboost**, dat is wat jouw lichaam nodig heeft!

Magnesium is het enige mineraal dat ons helpt ontspannen van spieren & het zenuwstelsel, het verlicht een gestresst brein en geeft je lichaam meer energie. Dit mineraal is het sleutelmineraal zodat alle andere mineralen beter worden opgenomen. Door magnesium wordt endorfine aangemaakt en daar worden wij blij van. Daarom wordt magnesium ook Happy Mineral genoemd!

Magnesium is een heel belangrijk mineraal dat wel meer dan 327 lichaamsprocessen ondersteunt. Elke dag heeft je lichaam 400mg magnesium nodig om goed te kunnen functioneren. Ervaar je overmatig stress of sport je intensief dan is onze behoefte 1000 tot 1200mg. Dit is nauwelijks in hedendaagse voedsel te halen, het magnesiumgehalte in onze groenten (supermarkt) is met 75% afgenomen in 100 jaar. Door dit tekort kunnen vele fysieke en mentale klachten ontstaan zoals spierkrampen, stress en vermoeidheid. Daardoor is extra magnesium opnemen zo essentieel voor een vitale gezondheid.

Een intensieve magnesium kuur helpt jou dagelijks voldoende magnesium op te nemen, zodat jij je nog meer vitaal en gezond mag voelen.

Wat houdt de Magnesium Maand Challenge in?

Dit is een intensieve kuur waarbij je extra magnesium opneemt via de huid en oraal in verschillende behandelingen voor thuis.

*Let op: Enkele producten als de sportolie en magnesium citraat poeder gaan 2 à 4 maanden mee. Lees hieronder de aanwijzingen:

- 1 à 2 keer per dag een magnesium voetenbad
- 1 theelepel magnesium citraat poeder op 1 liter water verdeeld over de dag opdrinken.
- Vóór het douchen breng royaal magnesium sportolie aan over je hele lichaam. Buik, oksels en voeten voor de snelste opname. Laat dit 5 á 10 minuten intrekken en daarna afspoelen.
- Spray geheel beide voeten in met magnesium sportolie voor het slapen gaan. Wrijf je voeten tegen elkaar aan. Doe eventueel sokjes aan. Dit is voor een goede nachtrust :-)
- Ga je sporten? Breng direct vóór, tijdens of na het sporten met een bezwete lichaam magnesium sportgel aan en laat het 5 á 10 minuten intrekken voor effectieve werking. Werkt effectief tegen spierpijn en krampen.
- Verminder suikers, koffie en thee, koolzuurhoudende dranken uit je eetpatroon want het onttrekt het magnesium uit je lichaam.
- Mondspoeling: Geeft een goede PH-waarde in de mond, zorgt voor zeer snelle opname via de mond slijmhuide (favoriet bij de topsporters) en werkt antibacterieel tegen wondjes in de mond. Je adem zal direct fris ruiken!
- Verminder het drinken van zuivel, zo blijven calcium en magnesium in balans.
- Blijf committed aan bovenstaande adviezen zodat het een routine wordt.

Veel succes!