

# L'Avenir nous Sourit avec ShapeWorks™ ...

Je m'appelle Claire Seelen et j'ai 47 ans. J'ai commencé à utiliser les produits Herbalife en août 1994. A l'époque j'étais très fatiguée et je souhaitais affiner ma silhouette. En l'espace d'un mois je me suis sentie plus énergique et c'est ce qui m'importait le plus. J'apprécie énormément les produits Herbalife et je les prends quotidiennement, peu importe l'endroit où je me trouve. Ils me donnent un formidable coup de fouet le matin grâce aux vitamines et minéraux qu'ils contiennent et je suis plus concentrée tout au long de la journée.

Au cours des deux dernières années j'ai pris du poids progressivement. Je ne comprenais pas pourquoi car je faisais encore très attention à ce que je mangeais. Je ne digérais pas très bien les protéines et j'évitais donc de consommer de la viande, des œufs, du fromage et tous les aliments qui en contiennent. Quand j'y repense je me rends compte que mon attitude n'était pas très futée puisque je sous-alimentais mon organisme. Pendant toute cette période je ne me suis jamais sentie rassasiée. Ainsi je mangeais trop le soir et je prenais donc du poids.

A Maui, j'ai vu et entendu Leslie Stanford qui affichait une silhouette superbe et qui affirmait avoir affiné sa silhouette grâce à ShapeWorks™. J'ai essayé le Shapescan et l'on m'a alors orientée vers un Plan de Repas. Les conseils étaient les suivants : consommer 150 grammes de protéines, boire beaucoup d'eau (3 litres) et prendre la Préparation pour Boisson Aromatisée à l'Aloe Vera ainsi qu'Aminogen<sup>1</sup>. Lorsque je suis revenue aux Pays-Bas, j'étais bien décidée à relever le défi.

J'ai suivi un programme avec rigueur. Chaque jour, deux Shakes contenant deux cuillères à soupe de Formula 1 – Boisson Nutritionnelle, trois cuillères à soupe de Formula 3<sup>2</sup> mélangée à du lait de soja, beaucoup d'eau et de Préparation pour Boisson Aromatisée à l'Aloe Vera, et Aminogen<sup>1</sup> et des compléments alimentaires. Je prenais un dîner équilibré, principalement du poisson ou un substitut de viande, des légumes et du riz complet. Je mangeais un peu moins que la normale. En guise d'encas je prenais des barres aux protéines, des graines de soja grillées et un peu de fromage. En parallèle j'ai démarré une activité physique

régulière. Je faisais 20 minutes d'aérobic et 45 minutes de musculation trois fois par semaine.

Durant le premier mois, rien ne s'est produit tant au niveau de mon poids que de ma silhouette. De plus je ne me sentais pas bien car mon corps devait retrouver son équilibre et gérer les protéines que je consommais. Le deuxième mois, j'ai commencé à observer un résultat. Je digérais bien les protéines et je me sentais bien. En deux mois, je suis parvenue

à contrôler mon poids. Grâce au sport j'ai également sculpté mon corps et je suis maintenant très fière de mon allure. Je me sens formidablement bien.

J'ai toujours eu beaucoup de clients mais avec ces résultats, je suis encore plus enthousiaste et j'ai trouvé 10 clients supplémentaires en seulement quelques semaines. Je suis très satisfaite du nouveau programme ShapeWorks™ !



Claire Seelen



Claire Seelen