

UNICITY
COMPLETE
SHAKE UP YOUR LIFE





ERNÄHRUNG FÜR EIN **AUSGEFÜLLTES LEBEN**

Wer sein Leben voll auskosten will, braucht eine entsprechende Ernährung! Zwischen Beruf, Familie und Hobbys bleibt oft wenig Zeit für gesundes Essen. Die Lösung heißt Unicity Complete™. Dieser nährstoffreiche Shake ist in wenigen Augenblicken zubereitet und versorgt Dich mit viel wertvollem Protein, Ballaststoffen und einer Tagesdosis zahlreicher wichtiger Vitamine und Mineralien. Der perfekte Start in einen Tag voller Action! Unicity Complete schmeckt lecker nach Vanille und ist auch als vegane Variante erhältlich.

PROTEINE

DER SCHLÜSSEL FÜR EINE ERFOLGREICHE ERNÄHRUNG

Proteine sind die wichtigsten Bausteine unseres Körpers. Sie spielen eine Schlüsselrolle für den Erhalt und Aufbau unserer Muskeln sowie viele lebenswichtige Stoffwechselprozesse. Proteine bestehen aus Aminosäuren, von denen der Körper einige nur über die Nahrung aufnehmen kann. Es geht also auch darum, die richtigen Proteine zu essen!

Unicity Complete enthält eine Kombination aus hochwertigen Proteinen. Damit bleibst Du lange satt und hast genug Energie für einen erfolgreichen Tag und ein effektives Sportprogramm.



Unterstützt den
Muskelaufbau



Regt den
Energiewechsel an



Versorgt den Körper mit
hochwertiger Energie



GIB DEINEM KÖRPER, WAS ER **BRAUCHT**

KOMBINATION WERTVOLLER PROTEINE:

Proteine mit unterschiedlicher Verdauungszeit versorgen Dich lang mit Energie

VITAMIN - UND MINERALSTOFFMISCHUNG:

100% der empfohlenen Tagesdosis vieler wichtiger Vitamine und Mineralstoffe

BALLASTSTOFFE:

Sie unterstützen das Sättigungsgefühl und fördern die Verdauungsgesundheit

ERFOLGREICH MIT COMPLETE

Zusammen mit Sport und einer ausgewogenen Ernährung kann Complete Dir helfen, Deine Ziele beim Gewichtsmanagement zu erreichen – vor allem in Verbindung mit Intervallfasten! Wir empfehlen vor allem zwei Ansätze:

4-4-12

Faste zwischen den 3 Mahlzeiten tagsüber (Frühstück, Mittag- und Abendessen) mindestens 4 Stunden und dann 12 Stunden zwischen Abendessen und dem nächsten Frühstück.

16-8

Nimm Deine gesunden Mahlzeiten in einem Zeitfenster von 8 Stunden am Tag ein – zum Beispiel zwischen 12.00 Uhr und 20.00 Uhr – und faste sonst konsequent.

ANWENDUNGSEMPFEHLUNG

Zwei Messlöffel mit 230 ml Wasser, fettarmer Milch oder Pflanzenmilch mischen. Gut verrühren bzw. schütteln und sofort trinken. Den Shake einmal täglich genießen.



VERTRETEN AUF DER KÖLNER LISTE®

Complete Vanilla steht auf der renommierten Kölner Liste® – ideal für Leistungssportler, die für den Aufbau und Regeneration der Muskeln viel Protein benötigen!

TIPP!

Noch wirkungsvoller wird Dein Complete Shake mit weiteren Unicity Produkten wie Unimate, Matcha Energy oder LiFiber. Oder Du machst Dir einen Smoothie mit Complete und einer Handvoll Beeren oder Spinat!