

Afvallen met Sinc.

Succesvol afvallen met gezond eten



Sinc.

Succesvol afvallen met gezond eten

Wil jij gezond afvallen? Dat kan met Sinc. Je blijft alles eten wat het lichaam nodig heeft: koolhydraten, eiwitten en vetten. Je hebt zes eetmomenten per dag, dus je eet om de 2 tot 2,5 uur.

Regelmatig en voedsaam eten, verhoogt je stofwisseling en daarmee ook je (vet) verbranding. Je valt af, maar je blijft wel normaal eten. Dat zie je op de weegschaal, maar dat merk je ook in je kleding. **En zichtbaar resultaat... dat werkt motiverend!**



Hi!

Even voorstellen



Hi! Ik ben Rachel Hulshof, afslanken voedingscoach en ik heb een niet te stuiten passie om vrouwen te helpen in hun strijd met eten.

Ik weet hoe het voelt om niet lekker in je vel te zitten vanwege je gewicht.

Ik viel in totaal 19kg af en dat magische gevoel, dat wil ik delen! Ik richtte Slinec. op en opende mijn afslankstudio. Ik begeleid al meer dan 14 jaar vrouwen in afvallen. En dat doe ik nog steeds vol enthousiasme, passie en een dosis vakkennis. Dat Slinec. een succes is, blijkt niet alleen aan de resultaten in gewicht. Inmiddels zijn er meer dan 40 Slinec. coaches in Nederland en België.

*Je eet gewoon
producten die je in
de supermarkt koopt.
normaal eten dus en
geen maaltijdvervangers.*



Wat eet je dan met Slinc.?

Je eet vooral veel! De grootste fout die veel vrouwen maken, is dat ze veel te weinig eten. Herken jij jezelf daarin? Dat je op een dag veel te weinig eet? Je moet voedsaam echt voldoende eten om je lichaam in een hoge (vet)verbranding te krijgen. Hieronder een voorbeeld om je een idee te geven hoe een Slinc. dag eruit ziet.



*Je hebt 6 eetmomenten per dag,
dus je eet om de 2 tot 2,5 uur.*



Ontbijt



Tussendoortje



Lunch



Tussendoortje



Diner



Toetje

Sinc. betekent voor jou:

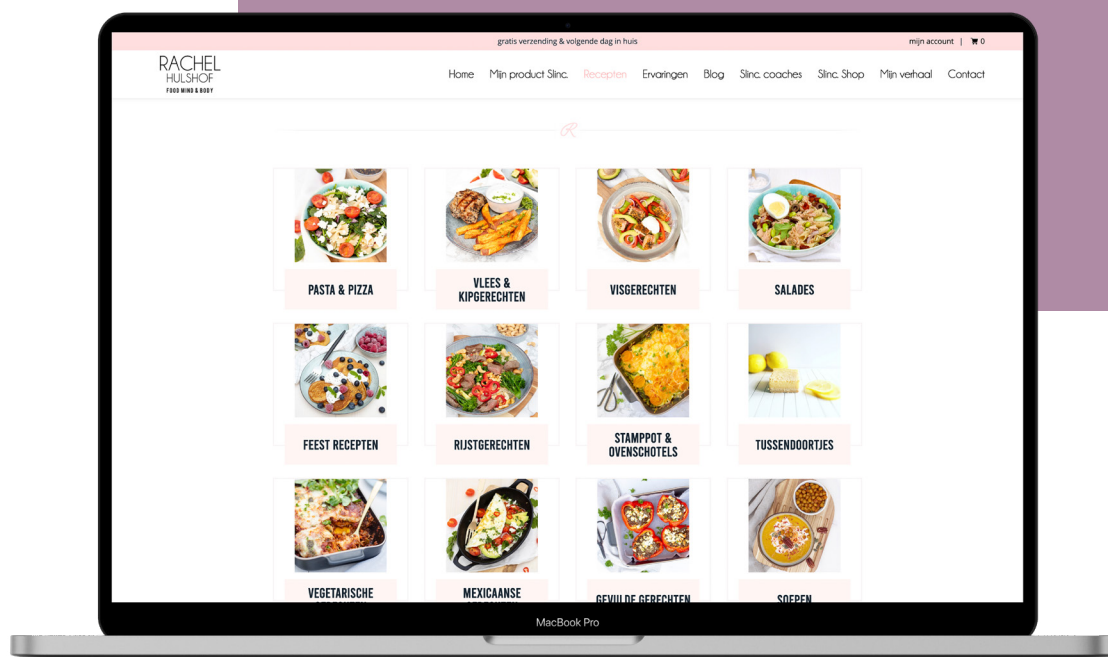
- Je eet veel en ervaart **geen honger**
- **Gratis recepten** voor het hele gezin
- Ondersteuning van **plantaardige supplementen**
- **Kilo's afvallen**
- Je voelt je snel **fitter en lekker in je vel**

De voedingssupplementen zijn plantaardig en zorgen ervoor dat je geen honger hebt, dat je afvalt in je vetmassa en dat je je lekker fit blijft voelen.

Gratis gezonde en makkelijke recepten!

Gezonde en makkelijke recepten waar het hele gezin van kan mee-eten. Elke week een nieuw recept online.

- **+80 recepten**
- **Iedere week een nieuw recept online**
- **Gezonde en makkelijke recepten**
- **Het hele gezin kan mee-eten**



+80 makkelijke recepten voor het hele gezin



De recepten zijn ook gebundeld in een kookboek, makkelijk voor in de keuken.
Het Slinc. kookboek Slank & Gezond is in verschillende delen verkrijgbaar.

De werking van Sinc.

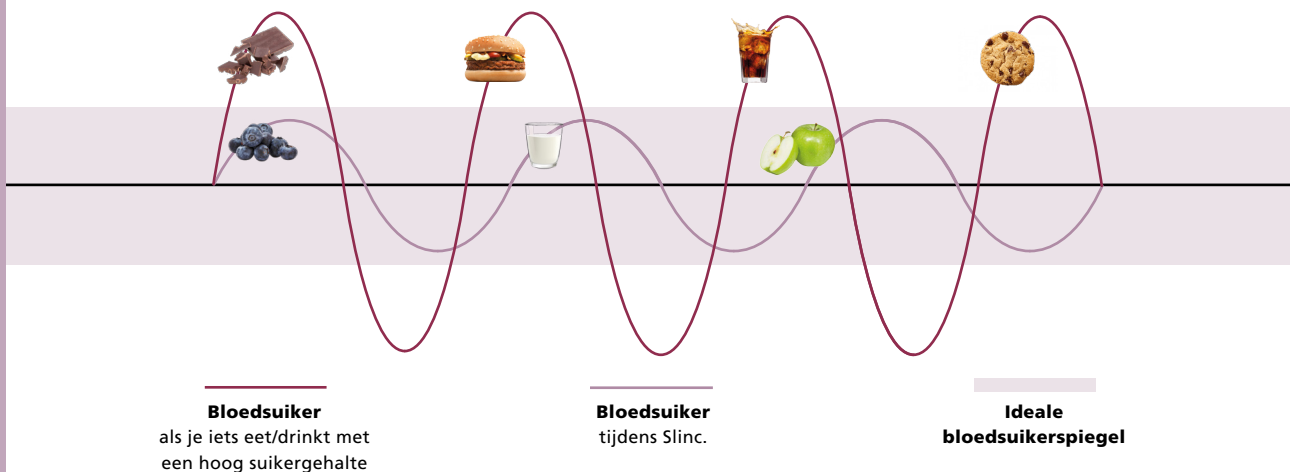
Sinc. zorgt ervoor dat je bloedsuikerspiegel stabiel blijft.

Als je wilt afvallen of op gewicht wilt blijven, is het belangrijk grote schommelingen in je bloedsuikerspiegel te vermijden. Geen hoge pieken en lage dalen.

Maar waarom is dat eigenlijk zo belangrijk, een stabiele bloedsuikerspiegel?

Grote schommelingen van de bloedsuikerspiegel zorgt ervoor dat je meer zin in (slecht) eten hebt en uiteindelijk ook meer eet. Als je iets eet of drinkt met een hoog suikergehalte, piekt je bloedsuiker enorm. Het lichaam maakt dan insuline aan om de bloedsuiker weer omlaag te brengen. In deze lage bloedsuiker voel je je vaak lusteloos en moe. Je lichaam vraagt opnieuw om suikers. Je gaat dus weer opnieuw snoepen, eten of drinken. Suiker vraagt dus letterlijk om suiker. Dat is bijvoorbeeld waarom je vaak niet kunt stoppen als je 1 chocolaatje pakt.

Met Sinc. blijft je bloedsuikerspiegel meer stabiel doordat je regelmatig eet (om de 2 tot 2,5 uur) en volkoren producten gebruikt. Daarnaast ondersteunen de supplementen Sinc. Shaper & Fit dit effect.



Gratis Sinc. app.

Sta je in de supermarkt, heb je
het boodschappenlijstje meteen
bij de hand.



Voedingssupplementen Sinc. Shaper & Fit

De aanvulling van de Sinc. Shaper en Sinc. Fit ondersteunen het afvallen met normaal eten. De Sinc. Shaper is een hoog concentraat aminozuren (eiwitten). Eiwitten hebben de eigenschap dat het je hongergevoel onderdrukt. Je hebt dus een langer verzadigingsgevoel en hoeft minder (vaak) te eten.

Door de aanvulling van de Sinc. Shaper **blijft je spiermassa behouden** waardoor het lichaam de verbranding uit je vetten haalt. Het is belangrijk om je spiermassa intact te houden om jojo-effect te voorkomen.

Met de Sinc. Fit krijg je een aanvulling van **vitaminen en mineralen** binnen. Het mineraal Chroom in de Sinc. Fit draagt bij aan een stabielere bloedsuikerspiegel, waardoor **zin in zoetheid vermindert**.

Met Sinc. komt je lichaam in een hoog verbrandingsproces en dat is enorm hard werken. Bij elk proces in je lichaam worden je reserves vitaminen en mineralen aangesproken. Als die uitgeput raken, voel jij je niet alleen futloos, maar stopt je lichaam ook met vet verbranden. Je valt nog maar een paar ons per week af of je gewicht blijft zelfs stil staan. Om te ondersteunen dat je lichaam op hoog niveau kan verbranden, neem je de Sinc. Fit 3x per dag in.

Het consequent innemen van de Sinc. Shaper en Sinc. Fit draagt bij aan een zo'n hoog mogelijk resultaat in afvallen.



Slinc. heeft al meer dan 10.000 vrouwen geholpen met afvallen



Michelle van Buren, 27 jaar

"Ik run samen met mijn vriend een restaurant. Het onregelmatig werken en de verleidelijke branche waarin ik werkt, maakte het niet altijd makkelijk. Ik zie en voel nu hoe belangrijk het is om ook voor jezelf te blijven zorgen."

Diana Mulderij, 47 jaar

"Ik had last van sterke schommelingen in mijn bloedsuikerspiegel. Ik kreeg hoofdpijn, kon me niet goed concentreren en was chagrijnig. Maar met Slinc. krijg je geen onnodige suikers binnen waardoor je bloedsuikerspiegel dus veel meer in balans is. Ik voelde me er goed door en had ook geen last van 'cravings' meer."





Wendy Voorkamp, 40 jaar

"Sinc. is normaal eten en dat past bij mij en mijn gezin. Ook de recepten zijn heel lekker. Mijn kinderen vragen er nu zelfs om wanneer de gezonde chili of de gevulde punt paprika weer op tafel komt."

*Je valt af, maar je blijft wel normaal eten.
Dat zie je op de weegschaal, maar dat merk je
ook in je kleding. En zichtbaar resultaat...
dat werkt motiverend!*

Ja! Ik wil starten met Sinc.

Wat goed dat je gaat starten. Je gaat niet alleen kilo's afvallen, maar je gaat je vooral ook veel fitter voelen. Je zit snel lekkerder in je vel en staat weer stralend voor de spiegel.

Je start met een startbox voor 4 weken. Je vindt alle informatie die je nodig hebt om te starten in het begeleidende boekje. Dus hoe je ritme op de dag eruit ziet, wat je allemaal mag eten, hoeveel etc.

Inhoud Sinc. startbox:

- Sinc. Shaper – 90 capsules
- Sinc. Fit – 90 tabletten
- Begeleidend boekje Sinc. Fase 1 Afslanken (alle nodige informatie staat hierin om starten, dagschema, productenlijst etc.)
- Sinc. kookboek 'Slank en Gezond' – deel 1
- A5 voedingsschema met productspecificatie
- Handig meeneem blikje

De Sinc.
startbox is voor
4 weken



Bestel de startbox hier



Lets do this!

**Heb je nog vragen?
App me gerust.**

App Rachel



Succes met Sinc.

Groetjes, *Rachel*