



AMFORMULA® SHAPE

Für Ihre Wohlfühlfigur

Das Figurformkonzept

„Das AMFORMULA® Konzept habe ich 2005 entwickelt, um schnell und effektiv abnehmen zu können, ohne mich dabei schlecht und antriebschwach zu fühlen. Jetzt habe ich es nochmals deutlich verbessert“ – *Mark Warnecke, Entwickler und ältester Schwimmweltmeister aller Zeiten.*

Nähere Informationen in der Packung.



Viele spannende Low Carb
Rezepte finden Sie unter:
www.amformula.de

Aminosäureauszug

	pro 100 g Produkt	pro 100 g Protein
Alanin	4,85 g	8,70 g
Arginin	4,52 g	8,10 g
Asparaginsäure	3,35 g	6,00 g
Glutaminsäure	6,19 g	11,10 g
Glycin	11,49 g	20,60 g
Histidin	0,33 g	0,60 g
Isoleucin	0,89 g	1,60 g
Leucin	1,84 g	3,30 g
Lysin	2,18 g	3,90 g
Methionin	0,33 g	0,60 g
Phenylalanin	1,17 g	2,10 g
Prolin	7,42 g	13,30 g
Serin	1,73 g	3,10 g
Threonin	1,00 g	1,80 g
Tyrosin	0,17 g	0,30 g
Valin	1,34 g	2,40 g

Nährwertangaben

	für 100 g Pulver	pro Portion	pro tägl. empf. max. Verzehrmenge (57 g)	
Brennwert	1013 kJ /	97 kJ /	582 kJ /	138 kcal
		242 kcal	23 kcal	
Eiweiß	55,8 g	5,3 g	31,8 g	
Kohlenhydrate	3,2 g	0,3 g	1,8 g	
davon Zucker	0,1 g	0,0 g	0,0 g	
Fett	0,0 g	0,0 g	0,0 g	
davon gesättigte				
Fettsäuren	0,0 g	0,0 g	0,0 g	
davon Cholesterin	0,0 g	0,0 g	0,0 g	
Ballaststoffe	32,8 g	3,1 g	18,6 g	
Natrium	0,0 g	0,0 g	0,0 g	
Calcium	145 mg	13,8 mg	82,8 mg (12% RDA*)	
Kalium	108 mg	10,3 mg	61,8 mg	
Magnesium	235 mg	22,4 mg	134,4 mg (48% RDA*)	
Jod	24 µg	2,3 µg	13,8 µg (12% RDA*)	
Lycopin	10 mg	0,95 mg	5,7 mg	

*RDA = Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis nach NKV (bezogen auf 6 Portionen).

Nahrungsergänzungsmittel (dienen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung). Bitte außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren!

Zutaten

Eiweißhydrolysat, Ballaststoff Nutriose (Maisdextrin), Magnesiumoxid, Tri-Calciumphosphat, Tri-Kaliumcitrat, Lycopinpulver, Kelpulver

Das sensationelle Diät-Konzept von Mark Warnecke

Das AMFORMULA® Konzept beinhaltet die Produkte AMFORMULA® DIET für schnellen und nachhaltigen Gewichtsverlust und AMFORMULA® SHAPE für langfristiges Abnehmen und Figurformung. AMFORMULA® SHAPE wird zusätzlich zur umgestellten Ernährung als Diätunterstützung angewendet. AMFORMULA® DIET wird sehr einfach als Mahlzeitenersatz angewendet.

AMFORMULA® SHAPE ist das neue Figurformkonzept von Mark Warnecke.

Die Figur weiter formen und langfristig abnehmen. Es ist kein Mahlzeitenersatz, sondern eine Ernährungsergänzung. AMFORMULA® SHAPE sollte mit einer Low-Carb Ernährung nach dem Info- und Kochbuch „Die Warnecke Diät“ verbunden und in zwei Phasen angewendet werden, der Reduktions- und der Haltephase.

In der Reduktionsphase soll das Gewicht mit einer gesunden Ernährungsumstellung reduziert werden, die Haltephase dient der Stabilisation des neu erworbenen Lebensgefühls.

Das Kochbuch „Die Warnecke Diät“

Das von Mark Warnecke auf sein Konzept abgestimmte Kochbuch mit ca. 80 wohlschmeckenden Rezepten auf 144 Seiten für nur 14,95 Euro ist im Buchhandel erhältlich (Südwest Verlag) - auch in unserem Online-Shop. In diesem Buch hat Mark seine Lieblingsrezepte für die Reduktionsphase, Haltephase in Verbindung mit AMFORMULA® und danach beschrieben. Sie werden sehen, wie lecker und einfach das AMFORMULA® Figur-Wohlfühlkonzept funktioniert.