

Программа 90 дней

Программа 90 дней – это комплексный подход к телу человека для получения великолепных результатов по здоровью уже в течение 90 дней – нормализуется вес, происходит прилив сил, улучшается состояние кожи, и всего организма! Данную программу прошли тысячи людей по всему миру. Она подходит для любого здорового человека, который хочет укрепить и продлить свои молодость, красоту и здоровье.

Суть программы можно описать 3 шагами –

1. Напоить организм - мы на 70% состоим из воды, и от того в каком состоянии внутренний водный баланс нашего организма зависит в целом наше здоровье и самочувствие. Это напрямую зависит от качества питьевой воды.

2. Очистить организм – это необходимое условие для нормального функционирования организма в современных условиях.

3. Накормить организм – дефицит питательных элементов в современной еде не позволяет получить всего необходимого для здорового функционирования нашего организма.

С целью восполнить этот недостаток, было разработано питание **Smartfood**, целью которого является дать нашему телу необходимые аминокислоты, витамины, минералы, полиненасыщенные жирные кислоты и ферменты.

На сегодняшний день, **Coral Club** является международным лидером в производстве продуктов для улучшения качества питьевой воды, продуктов питания Smartfood и очищения организма. ([видео](#))

Качество продукции Coral Club подтверждено независимыми лабораториями:



ПРОДУКТЫ CORAL CLUB НЕ СОДЕРЖАТ:

- ✓ ГМО
- ✓ любые химически синтезированные консерванты
- ✓ искусственные красители
- ✓ ароматизаторы и пестициды
- ✓ продукты нефтепереработки
- ✓ не используются химические удобрения при выращивании сырья



Производство в **7** странах



Доставка в **189** стран мира

25 офисов продаж компании

Офисов продаж дистрибьюторов **330**

более **300000** потребителей и дистрибьюторов в мире!

Программа 90 дней

1 Этап

2 Этап

3 Этап

Минимальный

Корал-Майн

H-500



Коло-Вада



Корал-Майн Микрогидрин Коктейль



Жир Печени Акулы

Суперфлора



Корал-Майн

H-500

Коктейль



Омега 3/60

Мега Ацидофилус



Оптимальный

Корал Детокс

Люцерна



Коло-Вада



Корал-Майн Микрогидрин Коктейль



Жир Печени Акулы

Суперфлора



Корал-Майн

H-500

Коктейль



Омега 3/60

Мега Ацидофилус



ДигестЭйбл

24/7

Спирулина



Ассимилятор

Алтимейт

Хлорелла



1 Этап



Корал-Майн – уникальный природный коралл, меняющий свойства воды, делает её как в лучших целебных источниках. Употребляя суточную норму воды (30мл/кг веса) с Корал-майн можно нормализовать вес, поднять жизненный тонус и улучшить пищеварение и работоспособность всего организма, ведь мы состоим на 70% из воды, значит на 70% качество нашего здоровья зависит от того какую воду мы пьём. ([видео](#)) и ([эксперимент](#))



Н-500 – мощнейший антиоксидант, препятствует старению организма, даёт колоссальный приток сил и энергии, ощелачивает организм и в сочетании с Корал-Майн выводит водорастворимые токсины из тела.

Применение: *Добавить 1 пакетик Корал-Майн на 1-1,5 литра бутилированной или фильтрованной воды. Через 5 минут в бутылку высыпать 1 капсулу Н-500. Пить в течение дня за 20-30 минут до еды, либо через 1-1,5 часа после. Желательно минимизировать (лучше исключить) другие напитки, кроме воды. Суточная норма 30 мл/кг вашего веса.*



Ассимилятор – богатый источник ферментов растительного происхождения для улучшения пищеварения и укрепления иммунитета, улучшает усвоение всех поступающих питательных элементов, сохраняя жизненный ресурс организма, регулирует все обменные процессы, участвует в выводе шлаков и токсинов. ([видео](#))



Лецитин – один из основных строительных материалов нашего организма, улучшает работу головного мозга, мышц, отвечает за творческую активность, снижает нервозность и раздражительность, восстанавливает печень от вредного воздействия алкоголя, лекарств и неправильного питания. ([видео](#))

Применение: *Утром и вечером за 20-30 минут до еды выпивать по 2 капсулы Ассимилятора и 4 капсулы Лецитина до начала программы Коло-Вада*



Люцерна - продукт на основе травы и концентрированного сока люцерны, богатый источник клетчатки, витаминов, минералов, аминокислот. Укрепляет иммунитет, повышает жизненный тонус, улучшает пищеварение, способствует детоксикации, защищает от кариеса.

Применение: *Утром за 20-30 минут до еды выпивать по 4 капсулы и 4 капсулы на ночь, желательно с кисломолочным напитком. Принимать до начала программы Коло-Вада*

МИНИМУМ ЧЕРЕЗ 2 НЕДЕЛИ НАЧИНАЕМ КОЛО ВАДУ

Коло-Вада – сбалансированная комплексная натуральная очистка организма, благодаря которой всего за 14 дней происходит максимальная очистка от 3-5 кг шлаков, токсинов и паразитов из желудочно-кишечного тракта, в результате чего чувствуется лёгкость, значительно повышается выносливость и высыпаемость, улучшается состояние всех систем организма (рекомендуется проходить каждые 6 месяцев). ([видео](#))



Как проходить Коло-Ваду

- **1-этап – Подготовка - 7 дней** кушаем только постную еду. Исключаем из рациона мучные изделия, всё что содержит сахар, бобовые, молоко, картофель, мясо и курицу. Можно есть рыбу и кисломолочные продукты. Все каши – рисовая, гречневая, овсяная – готовим на воде. Из сладостей можно есть мёд и сухофрукты. Полный перечень продуктов для питания во время очистки смотрите в приложении к Коло-Ваде. Про сковородку забываем - либо варим или готовим в духовке, салаты заправляем только оливковым маслом. Очень вкусные блюда, рекомендуемые для завтрака – творог со сметаной и сухофруктами, либо творог с бананом и мёдом. Хорошо получается рыба запечённая в духовке – поперчите и полейте её лимонным соком, заверните в фольгу и запекайте 15 минут в духовке. Можно есть роллы с овощами, либо с креветкой. Два раза в день - утром и вечером выпиваем по пакету **Номер 1** за 20-30 минут до еды. Продолжаем также пить воду с Корал-Майн и Н-500 не менее 1,5 литров в день.

Примечание – если будет сильно слабить – убираем утром таблетку Каскара Саграда (выделена красным на фото) и добавляем её к вечернему пакету.



- **2-ой этап - 4 дня** – отказываемся от обычной еды. Утром выпиваем пакет **Номер 2** и через 1 час выпиваем Коло-Вада-Микс. Пьем миксы **4 раза в день с интервалом 3-4 часа**. Пьем их следующим образом - в маленькую баночку граммов 300 (из под горчицы или варенья) наливаем 100-150 мл холодной воды (поставьте одну бутылку с обычной водой в холодильник) высыпав пакет Микса, закрываем крышку, быстро встряхиваем и пьем. Запиваем 1-2 стаканами коралловой воды. На ночь (минимум через 1 час после употребления последнего порошка Коло-вада Микс) выпиваем пакет **Номер 2**. На этом этапе можно употреблять свежесжатый сок из апельсина, моркови или свеклы.
ВАЖНО - на протяжении этих 4 дней пить минимум 4-5 литров воды с Корал-Майн и Н-500 Кажется много, но пить будет хотеться. Чем больше будете пить воды – тем ярче будет результат от очищения.

Примечание 1 - во время этого этапа возможен недостаток сил, для поднятия тонуса необходимо использовать Энергетический коктейль – на стакан горячей воды выдавливаем дольку лимона, размешиваем чайную ложку мёда и высыпаем 1 капсулу Н-500. Можно пить до 5 раз в день.

Примечание 2 - желательно рассчитать чтобы 2-й и 3-й дни очистки совпали на выходные дни, потому что в эти дни возможен недостаток сил и энергии.

Примечание 3 - для приготовления Миксов можно использовать охлаждённый отвар чернослива или свежесжатый сок, если не устраивает вкус Микса на воде. Рецепт отвара - 300-400 грамм чернослива (с косточкой, купленный на рынке, не в магазине) заливаем 2 литрами воды, кипятим 2-3 минуты, остужаем и ставим в холодильник.

Примечание 4 - любые дискомфортные ощущения, боли, особенно головные - являются причиной недопивания воды – необходимо **пить по 4-5 литров с Корал –Майн и Н-500**.

3-этап - 3 дня – Восстановление - начинаем кушать, питание такое же как и в 1-ом этапе. Тщательно пережёвываем еду, в первый день желательно есть только сырые продукты - фрукты, овощи, зелень, салаты. Рыбу можно добавить на второй день восстановления. Очень важно не сорваться на неправильное питание в эти 3 дня – именно в этот период формируется микрофлора, которая в дальнейшем будет определять наши дальнейшие привычки питания, поэтому после правильного восстановления очень просто отказаться от вредных продуктов. Очистка пройдена!

У Вас наверняка снизился вес на 3-5 кг, уменьшились порции еды, поменялись вкусовые пристрастия и огромное количество приятных изменений с телом. Началось самое интересное – разнообразить свой рацион продуктами от **Coral Club** для полноценного клеточного питания чтобы получить ещё более яркие результаты по здоровью!

Переходим ко 2-му этапу Программы 90 дней.

2 Этап



Корал –Майн

Применение: *Добавить 1 пакетик на 1 – 1,5 литра, пить в течение дня за 20-30 минут до еды, либо через 1 час после.*

Антиоксидант



Микрогидрин - мощный антиоксидант, активно подавляющий действие свободных радикалов. Употребление продукта способствует повышению выносливости, работоспособности и укреплению иммунитета, ускоряет восстановление после нагрузок, улучшает усвоение питательных веществ. [\(видео\)](#)

Применение: *Пить по 2-3 шт в день за 20-30 минут до еды.*

Аминокислоты



Коктейль Дэйли Дэлишес – необычайно вкусный и натуральный питательный коктейль которым легко можно заменить приём пищи для коррекции и нормализации веса , а входящие в состав полноценные белки, витамины, минералы и уникальный комплекс коллагена будут обеспечивать красоту и молодость изнутри. [\(видео\)](#)

Применение: *Заменить 1-2 приема пищи для поддержания и коррекции веса. Разбавить 2 мерные ложки на 250 мл молока, кисломолочного продукта или воды (на воде желательно пить Шоколадный Коктейль). Желательно для приготовления использовать шейкер или блендер для лучшего взбивания.*

Полиненасыщенные Жирные Кислоты



Жир печени Акулы – уникальный продукт производится из печени глубоководных акул, обитающих у побережья Тасмании. Обеспечивает организм такими незаменимыми веществами, как алкилглицериды, сквален, ПНЖК омега-3, витамины А, Е, D. Подавляет действие свободных радикалов, укрепляет иммунную систему и работу печени.

Применение: *Пить по 2 шт во второй половине дня вместе с едой.*

Пробиотик



СуперФлора - представляет собой уникальную комбинацию пробиотиков (*Lactobacillus acidophilus* и *Bifidobacterium longum*) и пребиотика (инулин) улучшает работу кишечника, восстанавливает иммунитет и улучшает усвоение питательных компонентов. [\(видео\)](#)

Применение: *Пить по 2-3 штуки в день за 20-30 минут до еды.*



Ферменты

Дигестэйбл - натуральный продукт, представляющий собой сочетание растительных пищеварительных ферментов для лучшего переваривания и усвоения пищи.

Применение: Пить по 1-2 шт 2-3 раза в день за 20-30 минут до еды



Витаминно-минеральный комплекс

Комплекс 24/7 – богатейший комплекс витаминов, минералов, трав и растений который подарит нашему телу бодрость, великолепное состояние кожи, волос, ногтей, улучшить память и внимательность и будет ежедневно поддерживать всё тело в тонусе.

Применение: Пить по 3-4 шт 1-2 раза в день за 20-30 минут до еды.



Аминокислоты

Спирулина - кладезь огромного количества питательных элементов – каротина, витаминов группы В, а белка в разы больше чем в мясе. Улучшает пищеварение, гемоглобин, активно выводит токсины из организма и поднимает жизненный тонус, нормализует обмен веществ. [\(видео\)](#)

Применение: Пить по 3-4 штуки 1-2 раза в день за 20-30 минут до еды

3 этап

Корал –Майн



Антиоксидант



Н-500 – мощнейший антиоксидант, препятствует старению организма, даёт колоссальный приток сил и энергии, ощелачивает организм и в сочетании с Корал-Майн выводит водорастворимые токсины из тела.

Применение: *Добавить 1 пакетик Корал-Майн на 1-1,5 литра бутилированной или фильтрованной воды. Через 5 минут в бутылку высыпать 1 капсулу Н-500. Вить в течение дня за 20-30 минут до еды, либо через 1-1,5 часа после.*

Аминокислоты

Коктейль Дэйли Дэлишес



Применение: *Заменить 1-2 приема пищи для поддержания и коррекции веса. Разбавить 2 мерные ложки на 250 мл молока, кисломолочного продукта или воды. Желательно для приготовления использовать шейкер или блендер для лучшего взбивания.*

Полиненасыщенные Жирные Кислоты



Омега 3/60 – незаменимые жирные кислоты из рыбьего жира Премиум класса, которые должны ежедневно поступать в организм с пищей, улучшают работу сердечно-сосудистой системы, мозга, повышают иммунитет и выносливость организма.

Применение: *Пить по 1- 2 шт во второй половине дня вместе с едой.*

Пробиотик



Мега Ацидофилус - комплекс полезных бифидо- и лактобактерий, который нормализует пищеварение и работу ЖКТ, подавляет действие патогенных микробов, защищает организм от токсического влияния продуктов их жизнедеятельности.

Применение: *Пить по 2-3 штуки в день за 20-30 минут до еды.*

Ферменты



Ассимилятор

Применение: *Пить по 1-2 шт 2-3 раза в день за 20-30 минут до еды.*

Витаминно-минеральный комплекс



Алтимейт - сбалансированный комплекс витаминов, минералов и фитонутриентов на каждый день. Повышает жизненный тонус. Заботится о красоте волос и ногтей.

Применение : *Пить по 1-2 шт 1-2 раза в день за 20-30 минут до еды.*

Аминокислоты



Хлорелла- сверхполезная водоросль богатая аминокислотами, хлорофиллом, витаминами и минералами, улучшает пищеварение, иммунитет, чистит кровь и нормализует все параметры организма, участвует в коррекции тела.

Применение: *Пить по 3-4 штуки 1-2 раза в день за 20-30 минут до еды*

Противопаразитарная программа

		Взрослая				Детская			
Минимальная		Корал-Майн	Парафайт	КМД	Сильвермакс	Корал-Майн	Листья Чёрного Ореха	Сильвермакс	Папайя
									
Оптимальная		Корал-Майн	Парафайт	КМД	Сильвермакс	Корал-Майн	Листья Чёрного Ореха	Сильвермакс	Папайя
									
		ОпиSTOP	МСМ	Листья Чёрного Ореха	Чеснок	Парафайт	КМД	Чеснок	Люцерна
									

Противопаразитарную программу желательно проходить между 2 и 3 этапом программы 90 дней. Она рассчитана на 21 день, как для взрослых, так и для детей. Если у человека есть явный паразитоз – сильные высыпания или покраснения на коже, аллергия, псориаз, астма, кисты и т.д. то противопаразитарную программу необходимо пройти дважды - до и после 1 этапа программы 90 дней.

ВАЖНО: на протяжении всей Противопаразитарной программы необходимо исключить все мучные изделия (хлеб, выпечка) и продукты содержащие сахар. Можно употреблять натуральные сладости - ягоды, фрукты, сухофрукты и мёд.

Взрослая противопаразитарная программа



Корал-Майн - ошелачивает воду и создаёт благоприятную среду в организме, при которой не могут развиваться патогенные организмы. Способствует укреплению иммунитета и выводу токсинов.

Применение: *Добавить 1 пакетик на 1 – 1,5 литра, пить в течение дня за 20-30 минут до еды, либо через 1 час после.*



Парафайт - мощный комплекс противопаразитарных продуктов, выводит широкий спектр простейших паразитов, бактерий и дрожжей в организме. Удобно давать детям, которые не любят большого количества таблеток.

Применение: *По 2 шт 2 раза в день за 20-30 минут до еды.*



Кора муравьиного дерева - тормозит активность ферментов вирусов и бактерий, повышает сопротивляемость организма бактериальным и вирусным инфекциям, активирует собственный иммунитет.

Применение: *По 2 шт 2 раза в день за 20-30 минут до еды.*



Сильвермакс – коллоидное серебро, эффективно действует более чем на 350 видов патогенных бактерий, включая стафилококки и хеликобактер пилори, вызывающий язву желудка. Серебро обладает бактерицидным эффектом: проникая в зараженную клетку, блокирует дыхательную функцию бактерии и закрывает поступление к ней питательных веществ. При этом не наносит вреда здоровым клеткам. Серебро связывается с тканевыми белками и образует защитный слой, способствуя быстрому очищению и заживлению. Как антисептик помогает в профилактике респираторных инфекций (ОРВИ, грипп). Рекомендуется использовать с распылителем. ([видео](#))

Применение: *По 6-8 прысков 2 раза в день под язык (держат в рту 1-2 минуты) за 20-30 минут до еды.*



Опистоп - борется с глистами описторхами (кошачья двуустка), которые паразитируют в печени и желчном пузыре при употреблении речной рыбы. Также эффективен против паразитов, которые встречаются в воде, на невымытых овощах, фруктах, зелени.

Применение: По 2 шт 2 раза в день за 20-30 минут до еды.



МСМ - Источник серы в биологически доступной форме. Сера это структурный компонент важнейших биомолекул: белков, в том числе белков иммунной системы, ферментов, гормонов. Противогрибковое средство.

Применение: По 2-4 шт 1 раз в день за 20-30 минут до еды в первой половине дня.



Листья черного ореха - обладает способностью бороться в ЖКТ с патогенными бактериями и гельминтами, в частности аскаридами и острицами, усиливает моторику и перистальтику кишечника. Содержатся дубильные вещества, органические кислоты, флавоноиды, эфирное масло, витамины С, В1, В6, Е и Р, минералы.

Применение: По 2 шт 2 раза в день за 20-30 минут до еды.



Чеснок - уничтожает в ЖКТ патогенные бактерии, не нарушая здоровой флоры, улучшает пищеварительные функции, моторику и перистальтику кишечника, предотвращает процессы брожения и гниения. Чеснок снижает уровень холестерина, предупреждает образование бляшек в кровеносных сосудах, регулирует сосудистый тонус.

Применение: По 2 шт 2 раза в день во время еды.

Детская противопаразитарная программа



Корал-Майн

Применение: *Добавить 1 пакетик на 0,5 -1 литра, пить в течение дня за 20-30 минут до еды, либо через 1 час после.*



Листья Чёрного Ореха

Применение: *По 1-2 шт 2 раза в день за 20-30 минут до еды.*



Сильвермакс

Применение: *По 3-6 прысков 2 раза в день под язык (держат в рту 1-2 минуты) за 20-30 минут до еды.*



Папайя – фермент, помогает вывести токсины, продукты связанные с деятельностью паразитов. Обладает сладким вкусом, помогает ребенку проще отказаться от изделий содержащие сахар.

Применение: *Рассасывать по 1-2 шт 2-3 раза в день в любое время.*



Парафайт

Применение: *По 1-2 шт 2 раза в день за 20-30 минут до еды.*



Кора муравьиного дерева

Применение: *По 1-2 шт 2 раза в день за 20-30 минут до еды.*



Чеснок

Применение: *По 1-2 шт 2 раза в день во время еды до еды.*



Люцерна

Применение: *Утром за 20-30 минут до еды выпивать по 2-4 капсулы и 2-4 капсулы на ночь, желательно с кисломолочным напитком. Можно высыпать в кашу.*