

	Dzień przygotowawczy	Dzień pierwszy	Dzień drugi	Dzień trzeci	Dzień czwarty	Dzień piąty	Dzień rekonwalescencji
Mój Tydzień Wellness	Dzień przygotowawczy ma przygotować Twoje ciało ten Tydzień Wellness	Dzisiejszy dzień jest pierwszym dniem całkowicie bez stałych pokarmów	Zakończyłaś swój pierwszy dzień z sokami, czas na dzień drugi	Dzień trzeci - już połowa drogi za Tobą!	Co mamy dziś w zanadru dla Ciebie? Świadomie ciesz się otaczającym Cię światem.	Ostatni dzień z sokami Biotta ...	Dzień rekonwalescencji. Pamiętaj, że bardzo ważne jest przygotowanie swojego ciała do starych nawyków.
W ciągu całego dnia	W ciągu dnia wypij 2 litry organicznej herbaty lub wody	W ciągu dnia; jedna butelka Soku Biotta Wellness i dwa litry organicznej herbaty lub wody	W ciągu dnia; butelka Soku Biotta Koktajl Warzywny (na ciepło lub zimno), dwa litry organicznej herbaty lub wody	W ciągu dnia; butelka Soku Biotta Wellness i dwa litry organicznej herbaty lub wody	W ciągu dnia; butelka Soku Biotta Koktajl Warzywny na ciepło lub zimno, dwa litry organicznej herbaty lub wody	W ciągu dnia; butelka Soku Biotta Wellness i dwa litry organicznej herbaty lub wody	W ciągu dnia wypij 2 litry organicznej herbaty lub wody.
Rano	- 1 szklanka letniej wody - 1 szklanka Soku Biotta Digest Wieloowocowy 100 ml, powoli w małych łykach - 2 łyżki organicznego siemienia Inianego z organiczną herbatą lub wodą	- 1 szklanka letniej wody - 1 szklanka Soku Biotta Digest Wieloowocowy (100ml), powoli w małych łykach, - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego z organiczną herbatą lub wodą	- 1 szklanka letniej wody, - 1 szklanka Soku Biotta Digest Wieloowocowy - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego z organiczną herbatą ziołową lub wodą	- 1 szklanka letniej wody, - 1 szklanka Soku Biotta Digest Wieloowocowy , - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego z organiczną herbatą ziołową lub wodą	- 1 szklanka letniej wody, - 1 szklanka Soku Biotta Digest Wieloowocowy - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego z organiczną herbatą ziołową lub wodą	- 1 szklanka letniej wody, - 1 szklanka Soku Biotta Digest Wieloowocowy - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego z organiczną herbatą ziołową lub wodą	- 1 szklanka letniej wody, - 1 szklanka Soku Biotta Digest Wieloowocowy , - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego z organiczną herbatą ziołową lub wodą.
Lunch	- 1 szklanka Soku Biotta Digest Wieloowocowy(100ml) - Lekki posiłek, najlepiej bezmięсны	- 1 szklanka Soku Biotta Vita - 7	- 1 szklanka Soku Biotta Vita - 7	- 1 szklanka Soku Biotta Vita - 7	- 1 szklanka Soku Biotta Vita - 7	- 1 szklanka Soku Biotta Vita - 7	Ranek: - 1 jabłko lub gruszka Lunch: - 1 szklanka Soku Biotta Vita - 7 - 1 szklanka rosółu z jajkiem
Wieczór	- 1 szklanka Soku Biotta Digest Wieloowocowy(100ml). - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego - 2 średnie ziemniaki ugotowane na parze - 2 średnie marchewki ugotowane na parze	- 1 szklanka Soku Biotta Digest Wieloowocowy, - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego, - 200 ml Soku Biotta z Pomidorów, ciepłego lub zimnego, przyprawić do smaku.	- 1 szklanka Soku Biotta Vita - 7 - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego, - 200 ml Soku Biotta z Pomidorów, ciepłego lub zimnego, przyprawić do smaku.	- 1 szklanka Soku Biotta Vita - 7, - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego, - 200 ml Soku Biotta z Pomidorów, ciepłego lub zimnego, przyprawić do smaku.	- 1 szklanka Soku Biotta Vita - 7, - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego, - 200 ml Soku Biotta z Pomidorów, ciepłego lub zimnego, przyprawić do smaku.	- 1 szklanka Biotta Soku Vita - 7, - 2 łyżki siemienia Inianego organicznego, - 200 ml Soku Biotta z Pomidorów, ciepłego lub zimnego, przyprawić do smaku.	Południe: - 1 jabłko lub gruszka, Wieczór: - 2 średnie gotowane ziemniaki, - 2 średnie gotowane marchewki.
Uwagi	Teraz możemy zacząć Tydzień Wellness !!! Dobrze się wyśpij, powodzenia jutro!	Uff... pierwszy dzień za Tobą. Gratulacje, to duże osiągnięcie! Dobrze się wyśpij.	Sukces! Ukończyłaś kolejny dzień!	Ukończyłaś trzeci dzień, to nie lada osiągnięcie!	Mamy nadzieję że miałaś dobry dzień!	Udało Ci się! Weź głęboki wdech i delektuj się swoim osiągnięciem...	Gratulacje! Mamy nadzieję, że świadomie udało Ci się przeżyć miniony tydzień. Przez chwilę zastanów się nad swoim samopoczuciem w tym tygodniu. Może podjęłaś jakieś ważne decyzje lub w innym świetle postrzegasz sytuacje. Nikt Ci tego nigdy nie odbierze.