



WOCHENPLAN

Every day is a fresh start.

FRESH UP MONDAY

Montag ... der perfekte Start für eine Detox Woche

Starten Sie mit einem erfrischenden Grünen Smoothie.
Eine basenreiche Ernährung hilft dabei, den Säure-Basenhaushalt ins Gleichgewicht zu bringen.



Tipp:
2 Birnen, 1 Banane,
1 große Handvoll Spinat,
250 ml Wasser

Zum perfekten Start gehört eine optimale Reinigung.
Mit dem DAYTOX Cleansing Foam, dem anschließend verwendeten DAYTOX Hydrating H Serum sowie der DAYTOX Rich Cream starten Sie frisch in die Woche.

Bringen Sie den Stoffwechsel in Schwung. Schnappen Sie sich Ihre Laufschuhe und ab nach draußen, und wenn es nur 15-20 Minuten sind. Ein kleiner Spaziergang nach dem Essen unterstützt zudem die Verdauung.

SMOOTH TUESDAY



Erster DETOX Tag geschafft ...

Bewegung ist das Zauberwort.

Tipp für den Alltag:
Nehmen Sie immer die Treppe anstelle des Aufzuges.

Viel trinken ist mitunter der Key einer erfolgreichen DETOX Woche. Genießen Sie eine Kanne herrlichen DAYTOX Bio Tee auf, ob Kräuter- oder Früchtetee ... suchen Sie sich etwas aus.

Zeit für ein wohltuendes Pflegeprogramm. Genießen Sie 30 Minuten im DAYTOX Basenbad, Mineral Salt Bath. Ihre Haut wird sich angenehm weich anfühlen. Eine wunderbare Ergänzung ist die wohltuende DAYTOX Body Lotion für danach.

Reinigen Sie nun das Gesicht mit dem DAYTOX Cleansing Foam. Tragen Sie anschließend die DAYTOX Clay Mask auf. Diese entfernt Verunreinigungen und ebnet die Haut. Als perfekte Abrundung verwenden Sie das einzigartige DAYTOX Hyaluronserum, Hydrating H Serum sowie anschließend wahlweise die DAYTOX Rich Cream oder DAYTOX Daily Hydration Gesichtsschme.

VITALISING WEDNESDAY

Tipp:
Trinken Sie 2-3 Liter pro Tag. Ein Glas lauwarmes Wasser hilft dabei, den Entgiftungsprozess zu unterstützen.

Gönnen Sie sich ausreichend Schlaf. 8 Stunden pro Nacht sind ideal. In dieser Zeit ist der Stoffwechsel aktiv und Schlacken werden ausgeschieden.

Reinigen Sie Ihr Gesicht mithilfe des DAYTOX Cleansing Foam. Verwenden Sie anschließend das DAYTOX Hydrating H Serum und versorgen Sie Ihre Haut mit ausreichend Feuchtigkeit, mithilfe der DAYTOX Rich Cream oder wahlweise DAYTOX Daily Hydration.

So werden Falten gemindert und freie Radikale abgewehrt ... für ein jugendlich frisches Aussehen.



GORGEOUS

Der sanft pflegende DAYTOX Body Wash reinigt Ihre Haut schonend. Die anschließend verwendete DAYTOX Body Lotion regeneriert gestresste Haut und spendet ausreichend Feuchtigkeit.

Tipp: Verzichten Sie eine Woche auf Alkohol und wenn möglich auf Kaffee.

Sie werden merken, es wirkt Wunder.

PEEL OFF THURSDAY

Der Name ist Programm. Talg wird entfernt und Unreinheiten vorgebeugt, mithilfe des DAYTOX Enzyme Peeling. Eine anschließende Anwendung des DAYTOX Hydrating H Serum sowie der DAYTOX Daily Hydration schenken der Haut ein wunderbares reines Hautgefühl. Die DAYTOX Eye Lift Augencreme belebt die Partie rund ums Auge.

Bewegung, Bewegung, Bewegung ...



Stellen Sie Ihre Ernährung für eine Woche auf basische Produkte um. Ziel sollte sein, auf säurehaltige Lebensmittel zu verzichten und auf basische Produkte umzustellen.

Gerichte-Tipp:
Kürbissuppe, cremige Rote-Beete-Suppe oder Zucchini-Gurken-Suppe.

Hauptsache viel Gemüse!

Runden Sie den erfolgreichen DETOX Tag mit einer entgiftenden und belebenden Peeling-Dusche ab, dem DAYTOX Body Scrub und der anschließenden DAYTOX Body Lotion. Genießen Sie den Rest des Abends ein streichelzartes, straffes Hautgefühl.

Herrlich!

RELAXING FRIDAY

Starten Sie ganz entspannt in den Freitag mit einem herrlich geschmackvollen DAYTOX Tee.

Befreien Sie Ihre Haut von allen Verunreinigungen, mithilfe der DAYTOX Clay Mask.



ENJOY LIFE IT'S
Delicious



Tipp: Greifen Sie so oft es geht zu biologischen Erzeugnissen.

Verwöhnen Sie sich mit einem leckeren grünen Salat. Hier gibt es die tollsten Kreationen mit Blattspinat, Quinoa und Avocado.

Zu einem wunderbaren Abschluss der Arbeitswoche gehört ein spannendes Bad, das wunderbare basische DAYTOX Mineral Salt Bath.

OILY SATURDAY

Tipp: Verzichten Sie auf säurehaltige Lebensmittel (Zucker, Alkohol, Kaffee). Meiden Sie zudem Zwischenmahlzeiten, um die Fettverbrennung zu unterstützen.

Verwöhnen Sie sich mit den wertvollen Ölen der DAYTOX Serie.

Reinigen Sie den Körper mithilfe des DAYTOX Body Wash. Das anschließende Auftragen des DAYTOX Body Oil mit seinen pflegenden Ölen und antioxidativen Wirkstoffen nährt die Haut und unterstützt Ihre Zellerneuerung sowie Regeneration, für eine verbesserte Straffheit sowie Elastizität.

Verwöhnen Sie das Gesicht mit dem mild reinigenden, alkoholfreien DAYTOX Facial Tonics, welches Hautalterung entgegen wirkt. Das regenerierende DAYTOX Face Oil beruhigt gestresste Haut.

time is NOW.

ROUND OFF SUNDAY



Glückwunsch

zur fast geschafften DETOX Woche. Starten Sie zum Abschluss mit einem grünen Smoothie oder einem großen Obststeller.

Tipp: Sonntag bietet Zeit für einen langen Spaziergang.

Befreien Sie sich von den letzten abgestorbenen Hautschüppchen. Nutzen Sie hierfür den DAYTOX Body Scrub und anschließend die gehaltvolle DAYTOX Body Lotion. Für ein straffes Hautgefühl

Auch das Gesicht muss von allen Verunreinigungen befreit werden. Nutzen Sie das DAYTOX Enzyme Peeling für einen tiefenreinigenden Effekt. Die anschließende Verwendung vom DAYTOX Face Oil und der DAYTOX Rich Cream oder wahlweise DAYTOX Daily Hydration wirkt wohltuend für Ihr Gesicht.