

Mit der ernährungsphysiologisch ausgewogenen und nach §14a Diätverordnung konzipierten Layenberger Fit + Feelgood Schlank-Diät können Sie schnell und gesund abnehmen. Die hochwertige Zusammensetzung gewährleistet, dass Ihr Körper während der Diät mit allen notwendigen Nährstoffen in ausreichender Menge versorgt wird. Hochwertiges **3-Komponenten-Eiweiß** beugt einem Eiweißmangel während der Diät und dadurch einem unerwünschten Bindegewebe- und Muskelabbau vor. Die **prebiotischen Ballaststoffe** (Inulin und Malsdextrin) haben einen positiven Einfluss auf die Darmflora. Die **probiotischen Kulturen** (*Lactobacillus acidophilus*) unterstützen das natürliche Gleichgewicht der Darmflora und stärken die natürlichen Abwehrkräfte. **L-Carnitin**, eine aminosäureähnliche Substanz, spielt eine wichtige Rolle im Energiehaushalt des Körpers. Es transportiert langkettige Fettsäuren in die Mitochondrien, wo diese in Energie umgewandelt werden und hat damit eine Schlüsselfunktion im Fettstoffwechsel. **Omega-3-Fettsäuren** sind essentielle Fettsäuren und für unseren Körper genauso lebenswichtig wie **Vitamine** und **Mineralstoffe**.

**Zutaten:** Süßmolkenpulver (30%), Fruktose, Milcheiweiß (10,3%), Maisstärke, Molkenweiß-Konzentrat (7%), Sojaeiweiß-Isolat (6,9%), Sojaöl (6,3%), stark entölt Kakaopulver (4%), Inulin (3%), Maltodextrin, Malsdextrin (2%), Emulgator Soja-Lecithin, Verdickungsmittel Guarkeimehl und Xanthan, Tri-Kaliumcitrat, Aroma, Kaliumchlorid, L-Carnitin (0,23%), Süßstoffe (Natriumcyclamat, Saccharin, Sucralose), Magnesiumhydroxid, *Lactobacillus acidophilus* (0,12%), Eisen-(III)-pyrophosphat, L-Ascorbinsäure, Nicotinamid, DL-alpha-Tocopherol, Zinkoxid, Retinylacetat, Calcium-D-pantothenat, Mangan-(II)-sulfat, Kupfercarbonat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Folsäure, Natriumselenit, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin

LAYENBERGER  
PREMIUM PRODUCTS

# FIT + FEELGOOD

## Schlank-Diät

- 3-Komponenten-Eiweiß
- prebiotische Ballaststoffe
- probiotische Kulturen
- L-Carnitin
- Omega-3
- Vitamine
- Mineralstoffe



**SCHOKO-NUSS** Geschmack

**Schlank-Diät-Drink mit L-Carnitin. Tagesration für gewichtskontrollierende Ernährung, mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln.**

**Inhalt: 10 Portionen à 43g entsprechen 2 Tagesrationen**

auch zu verwenden als Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung (siehe detaillierte Anwendung als Mahlzeitenersatz – hierbei wird der angestrebte Zweck nur in Verbindung mit einer kalorienarmen Ernährung erzielt).

**Inhalt e 430g**   
**Dosierlöffel beiliegend**

Zur exakten Dosierung abwiegen empfohlen

Mindestens haltbar bis Ende: siehe Bodenprägung. Füllhöhe technisch bedingt. Bitte kühl und trocken lagern. Nach dem Öffnen rasch aufbrauchen.

In Deutschland exklusiv hergestellt für:  
Zwicky (Deutschland) GmbH  
Am Tränkwald 10  
D-67688 Rodenbach  
[www.layenberger.com](http://www.layenberger.com)

Das INSTITUT FRESENIUS Qualitätssiegel steht für eine stets hochwertige, unabhängige geprüfte Produktqualität. Weitere Infos zum INSTITUT FRESENIUS Qualitätssiegel: [www.qualitaetssiegel.net](http://www.qualitaetssiegel.net)



**Anwendung als Tagesration:** Für eine schnelle und effektive Gewichtsreduktion ersetzen Sie für 2-3 Wochen Ihre gesamte Ernährung durch die Layenberger Fit + Feelgood Schlank-Diät. Jeweils 5 Portionen à 43g ergeben eine Tagesration. Die verschiedenen Geschmacksrichtungen sind untereinander kombinierbar und schaffen Abwechslung. Durch dieses Produkt ist sichergestellt, dass während Ihrer Diät keine ernährungsbedingte Unterversorgung auftritt. Soll die Diät länger als 3 Wochen dauern, konsultieren Sie bitte einen Arzt. Auch für Diabetiker zur besonderen Ernährung bei Diabetes mellitus im Rahmen eines Diätplanes geeignet.

**Zubereitung als Tagesration:** Drei ganz leicht gehäufte Dosierlöffel Pulver (43g) mit 200ml kaltem Wasser in einem Handshaker oder Mixer (ca. 20 Sek.) zubereiten. Den gemixten Drink noch eine Minute ziehen lassen und dann nochmals kurz aufschütteln.

**Anwendung als Mahlzeitenersatz:** Für eine sanfte Gewichtsreduktion ersetzen Sie täglich 2 Mahlzeiten durch Layenberger Fit + Feelgood. Eine dritte Mahlzeit bereiten Sie sich selbst zu. Achten Sie dabei auf eine fettarme ausgewogene Zusammensetzung (max. 600 kcal.) Zwischendurch dürfen Sie auch noch etwas Obst essen.

**Zubereitung als Mahlzeitenersatz:** Vier leicht gehäufte Dosierlöffel Pulver (60g) mit 300ml kalter, fettarmer Milch (1,5% Fett) in einem Handshaker oder Mixer (ca. 30 Sek.) zubereiten. Den gemixten Drink noch eine Minute ziehen lassen und dann nochmals kurz aufschütteln.

**Hinweise / Tipps:** Zur Deckung Ihres Flüssigkeitsbedarfs während einer Diät, sollten Sie täglich zusätzlich mindestens 2-3 Liter Wasser oder ungesüßten Tee trinken. Regelmäßige körperliche Aktivität unterstützt Sie dabei, Gewicht zu verlieren oder aber Ihr Idealgewicht zu halten. Um nach einer Diät langfristig Ihr Wunschgewicht zu halten bzw. den sog. Jo-Jo-Effekt zu vermeiden, empfehlen wir, entweder pro Woche einen Diättag (Anwendung als Tagesration) einzulegen oder aber pro Woche 4 Mahlzeiten (Anwendung als Mahlzeitenersatz) durch Layenberger Fit + Feelgood zu ersetzen.

Nährwertangaben	Durchschnittlicher Gehalt	Erniet	in 100g Pulver		pro Portion Tagesration 43g Pulver + 200ml Wasser		pro Mahlzeit 60g Pulver + 300ml Milch (1,5% Fett)	
			kJ	kcal	g	g	g	g
Brennwert		kJ	1580	680	1562			
		kcal	378	163	374			
Eiweiß		g	24,8	10,7	24,9			
Kohlenhydrate		g	49,0	21,7	43,8			
- davon Zucker		g	39,0	16,8	37,8			
- davon Fruktose		g	14,2	6,1	8,5			
Fett		g	8,1	3,5	9,6			
- davon gesättigte Fettsäuren		g	1,9	0,8	5,5			
- davon einfach ungesättigte Fettsäuren		g	2,1	0,9	1,6			
- davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren		g	4,1	1,8	2,5			
- davon Linolensäure (Omega-3-Fettsäure)		g	0,47	0,20	0,28			
Ballaststoffe		g	6,8	2,9	4,1			
Natrium		g	0,44	0,19	0,41			
Calcium		mg	413	178	22 602	75		
Magnesium		mg	125	53,8	18 111	37		
Phosphor		mg	387	166	21 505	63		
Kalium		mg	1566	673	1404			
Eisen		mg	10,5	4,5	32 6,5	46		
Zink		mg	6,6	2,8	19 5,1	34		
Mangan		mg	0,71	0,31	0,43			
Kupfer		mg	1,02	0,44	0,64			
Jod		µg	89,5	38,5	26 63,6	42		
Selen		µg	37,7	16,2	32,5			
Vitamin A		µg	570	245	31 381	48		
Vitamin D3		µg	2,3	1,0	20 1,5	30		
Vitamin B1		mg	1,0	0,43	31 0,7	50		
Vitamin B2		mg	1,9	0,82	51 1,67	104		
Vitamin B6		mg	1,2	0,5	25 0,85	43		
Vitamin B12		µg	1,7	0,73	73 2,3	230		
Vitamin C		mg	31,5	13,6	23 24,0	40		
Vitamin E		mg	9,1	3,9	39 5,6	56		
Niacin		mg	11,6	5,0	28 7,2	40		
Folsäure		µg	126	54,2	27 89,6	45		
Biotin		mg	0,042	0,018	12 0,036	24		
Pantothensäure		mg	4,7	2,0	34 3,9	65		
L-Carnitin		mg	230	98,9	138			
<i>Lactobacillus acidophilus</i>		KEB	8,0x10 <sup>7</sup>	3,4x10 <sup>7</sup>	4,8x10 <sup>7</sup>			
Proteineinheiten		BE	4,1	1,8	3,7			

Durchschnittlicher Brennwert pro 100ml verzehrfertige Zubereitung der Portion der Tagesration (43g Pulver + 200ml Wasser) **281 kJ/67 kcal**  
Durchschnittlicher Brennwert pro 100ml verzehrfertige Zubereitung als Mahlzeit (60g Pulver + 300ml Milch) **434 kJ/104 kcal**

\* Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis