



The *Red Tea Detox*



**KOSTENLOSE  
AUSGABE**

BEKANNT  
AUS

amazon

6-FACHE AMAZON BESTSELLERAUTORIN  
**LIZ SWANN MILLER**

**Urheberrechtshinweis:** Kein Teil dieser Veröffentlichung darf in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen Mitteln einschließlich Scannen, Fotokopieren oder anderweitig ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Urheberrechtinhabers reproduziert werden.

**Gesundheitliche Hinweise:** Die Informationen in diesem Buch dienen als hilfreiche Informationen zu den behandelten Themen. Dieses Buch sollte nicht zur Diagnose oder Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Wenden Sie sich zur Diagnose oder Behandlung eines medizinischen Problems an Ihren Arzt.

Der Herausgeber und die Autorin sind nicht verantwortlich für bestimmte Gesundheits- oder Allergiebedürfnisse, die eine medizinische Überwachung erfordern und sind nicht haftbar für Schäden oder negative Folgen jeglicher Behandlung, Aktion, Anwendung oder Vorbereitung für Personen, die die Informationen in diesem Buch lesen



# Inhaltsverzeichnis

Das Red Tea Detox Programm .....	05
<b>Kapitel 01: Gifte und was sie für Sie bedeuten .....</b>	<b>08</b>
Wo können Sie Giftstoffe vorfinden? .....	08
Giftstoffe in der Nahrung.....	09
Giftstoffe im Wasser .....	10
Giftstoffe in der Luft.....	11
Giftstoffe im Boden .....	11
Giftstoffe in synthetischem Material.....	12
Giftstoffe in Selbsthilfeprodukten.....	13
Fett und Giftstoffe: Eine tödliche Kombination .....	13
<b>Kapitel 02: Warum mit rotem Tee entgiften? .....</b>	<b>15</b>
Verstehen Sie das körpereigene Entgiftungssystem .....	16
Wie roter Tee die Entgiftung unterstützt .....	17
6 fantastische Gründe, die die Entgiftung mit diesem roten Tee so kraftvoll machen .....	18
<b>Kapitel 03: Schnelle Entgiftung und schnell Gewicht verlieren .....</b>	<b>21</b>
Was können Sie während der Entgiftung mit rotem Tee erreichen?.....	22
Lügen der Diät-Industrie: Die Wahrheit über Entgiftung .....	24
Wie Fett entsteht .....	25
Es gibt einige Punkte, die Ich Ihnen erklären möchte .....	27
Handeln Sie! .....	29
Starten Sie jetzt! .....	30



# DIES IST WEDER EINE TESTVERSION NOCH EIN TESTBERICHT



Diese kostenlose Anleitung des **Red Tea Detox Programm** und nur ein „*kleiner Teil*“ von Liz Swann Millers komplette **Red Tea Detox Programm**, die FAKTEN aufdeckt und die WAHRHEIT über Entgiftung und Fettverlieren ans Licht bringt.

Nachdem Sie diese Anleitung gelesen und das Gefühl haben, dass das **Red Tea Detox Programm** das Richtige für Sie ist, klicken Sie hier, um das vollständige **Red Tea Detox Programm** zu erhalten (oder klicken Sie auf den Download-Button am Ende dieser Anleitung).



**KLICKEN SIE HIER, UM  
JETZT MIT DEM RED TEA  
DETOX PROGRAMM  
ZU STARTEN UND MORGEN IHR  
ERSTES KILO ZU VERLIEREN!**



# Das Red Tea Detox Programm

Es freut mich Sie in der kostenlosen Ausgabe des **Red Tea Detox Programm** begrüßen zu dürfen. Das **Red Tea Detox Programm** ist ein Lebensretter! Ich bin Liz. Auch ich war einmal träge, krank und übergewichtig. Ich alterte deutlich zu schnell. Natürliche Detox-Methoden haben meine Gesundheit wiederhergestellt, und ich bin zu 100 Prozent überzeugt, dass Sie, wenn Sie die hier beschriebenen Methoden anwenden, auf Ihrem Weg in den Körper Ihrer Träume sind - einen Körper, der sich gut anfühlt und der fantastisch aussieht. Vom ersten Tag der Entgiftung an, werden Sie feststellen, dass die Zahlen auf der Skala abnehmen, während Sie immer schlanker werden und Ihre Kleidung besser sitzt als je zuvor. Abgesehen davon, dass Sie Ihr Aussehen dramatisch verbessern. Zudem werden Sie sich so energiegeladen fühlen, dass sich die Leute über Ihre Veränderungen wundern werden!

Für viele, die einmal wie Sie waren, führen diese unmittelbaren, signifikanten Verbesserungen des Aussehens und des allgemeinen Wohlbefindens zu einem höheren Maß an Vertrauen. Dadurch erlangen Sie wiederum eine völlig neue Lebenseinstellung. Der rote Tee hat mir geholfen, eine bessere Gesundheit und optimierte Vitalität zu erlangen. Und ich hoffe aufrichtig, dass auch Sie meine Erfahrung teilen.

Also, was ist das **Red Tea Detox Programm**? Ich entwickelte dieses Programm als Antwort auf die unzähligen "klassischen" Diät-Programme, die nichts weiter machen, als Geld und Zeit zu kosten und dabei minimale Ergebnisse liefern. Nachdem ich weit über 500 medizinische Studien las, in Dutzenden von Diätbüchern forschte und hunderte Diäten, Programme, Gadgets, Pillen und Getränke ausprobierte, erstellte ich ein brandneues eigenes Programm. Das **Red Tea Detox Programm** ist das Ergebnis von mehr als einem Jahrzehnt Forschung und fast drei Jahren praktische Tests. Es ist nicht eine jener Diäten, die nur bei manchen wirken. Stattdessen ist es ein komplettes Programm, das bei allen schnell funktioniert.

Wenn Sie jemals eingeschlafen sind, während Sie versucht haben, sich durch medizinische Forschung und andere trockene, langweilige Informationen aus einigen Diätbüchern zu kämpfen, können Sie sicher sein, dass Sie mit meinem Programm diese Erfahrung nicht wiederholen werden. Ich habe schwierige Konzepte durchbrochen, damit sie für alle einfach zu lernen und anzuwenden sind. Sie sollen es jedem ermöglichen Erfolg zu haben. Ich begann mit einem riesigen Entwurf. Dieses komprimierte ich auf die wichtigsten Infos ohne weitschweifende Extras.



Obwohl ich mein Bestes gab, um dieses Buch ohne viel „Bla-Bla“ zu erstellen, halte ich es für äußerst wichtig, die Gründe der Methoden zu erklären. Wie viele andere Menschen tendiere auch ich dazu, einen Schritt voraus zu sein und zu den verwertbaren Teilen verschiedener Systeme zu gelangen. Es wird Sie vielleicht nicht überraschen, dass Sie nicht die gleichen Ergebnisse bekommen, wenn Sie das Programm zu 100 % umsetzen. Fragen Sie sich bereits warum? Die Antwort ist einfach: Ich neige dazu, das zu nutzen, was mir gefällt, und die Teile zu ignorieren die ich nicht mag oder die sich nicht richtig anfühlen. Bitte machen Sie diesen Fehler nicht! Lesen Sie das ganze Buch! Nur so können Sie verstehen, warum das System funktioniert und wie es funktioniert. Sobald Sie die Wissenschaft dahinter verstehen, ist es einfacher die Regeln zu befolgen. Und genau das wird wiederum zu einem dramatischen Verlust von Körperfett führen.

Das **Red Tea Detox Programm** ist in drei Hauptkomponenten unterteilt. So wird es Ihnen leichter fallen alle wichtigen Informationen zu verarbeiten.

- **Diät:** Der Diät Teil des **Red Tea Detox Programms** ist genau das: der Bereich „Ernährung“. Es besteht aus vier Phasen mit jeweils grundlegend verschiedenen Elementen. Zum Beispiel, während der ersten Phase der Diät, werden Sie wahrscheinlich einen Verlust von Fett im Durchschnitt zwischen 2,5 und 4 kg feststellen. Während der vierten Phase lernen Sie, wie Sie Ihren Gesamtumsatz bestimmen. Und Sie lernen, wie Sie damit die tägliche Kalorienanzahl und die Menge an verschiedenen Nährstoffen berechnen können, um Ihre Ziele zu erreichen. Sie lernen auch, wie Sie Ihre Mahlzeiten zeitlich anpassen können, um Ihren Stoffwechsel anzukurbeln. Außerdem lernen Sie, wie Sie Ihren Körper in einen 24/7 Fettverbrennungsofen verwandeln können. Sie lernen auch, wie Sie Ihre Hormone ausbalancieren können, um die Fettverbrennung zu erleichtern. Und wie Sie optionale Nahrungsergänzungsmittel verwenden können, um Ihren Verlust von Körperfett drastisch zu steigern.
- **Übungen:** Während der Diät Teil dieses Buches Ihnen helfen wird, Körperfett schnell zu verlieren, können diese Übungen Ihre Ergebnisse fast zu verdoppeln. Lassen Sie mich eines klarstellen: Sie können etwas Gewicht ohne Übung verlieren, aber es wird nicht schnell passieren. Fügen Sie Bewegung in die Gleichung ein und Sie werden Ihren Stoffwechsel ankurbeln. Machen Sie sich zudem keine Sorgen über den zeitlichen Aufwand! Ich kann Sie beruhigen: der Verlust von Fett wird durch die Intensität und nicht durch die Zeit gesteuert. Mit dem **Red Tea Detox Programm** genießen Sie einige Fettverbrennungs- und Body-Shaping-Übungen, die täglich nur 20 bis 30 Minuten dauern.
- **Willenskraft, Motivation und Einstellung:** Die meisten Menschen finden den dritten



Abschnitt einleuchtend. Einige der am häufigsten wiederholten Mythen über Willenskraft und deren hemmende Wirkung wird Sie überraschen. Es ist nicht nur interessant, sondern vielmehr ein wesentlicher Bestandteil dieses Plans. Während Sie das hier lesen, werden Sie Ihre Willenskraft extrem steigern und Sie werden eine ganze Reihe von einfach zu befolgenden Strategien entdecken. Der Erfolg ist Ihnen garantiert, solange Sie auch genügend Willensstärke aufbringen!

Alles in allem helfen Ihnen die Seiten, die Sie gerade lesen, fünf, zehn, fünfzehn oder vielleicht sogar zwanzig kg hartnäckigen Fettes in einen Zeitraum von 14 Tagen zu verlieren. Wenn Sie mehr Gewicht verlieren wollen, dann können Sie dies.

Es ist sehr einfach den Zyklus beliebig oft zu wiederholen. Durch eine Vielzahl von Tricks können Sie Ihre Fettverbrennung so lange aufrechterhalten, bis Sie Ihr Ziel erreicht haben. Auf diesen Seiten finden Sie den Schlüssel zum Erstellen des Körpers, nachdem Sie sich schon immer sehnten. Mit diesem Programm können Sie so schlank und gesund werden, wie Sie es sich wünschen.

Nichts ist unmöglich! Egal, ob Sie schon immer ein Sixpack wollten, einen einstelligen Körperfettanteil oder Kleidung, von deren Größe Sie bisher nur geträumt haben. Die Strategien, die Sie hier lernen, helfen Ihnen dabei Ihren Traum zu ermöglichen. Die ultimativen Geheimnisse für eine schnelle Fettverbrennung sind alle in Ihnen, zusammen mit gesunden Methoden um das Gewicht zu halten und den JoJo-Effekt zu vermeiden.

Befolgen Sie die folgenden Ratschläge und Sie werden Ihren Körper vollkommen verändern. Gleichzeitig können Sie jedoch weiterhin Ihr Leben genießen! Ihr Übergewicht gehört schon bald der Vergangenheit an. Dieses Gefühl werden Sie bald durch ein enormes Selbstvertrauen und Glück ersetzen. Und das Beste von allem: Sie werden ein längeres, weit gesünderes Leben führen.



# Gifte und was Sie für Sie bedeuten

Das moderne Leben bringt viele Annehmlichkeiten und Vorteile mit sich. Aber zusammen mit Dingen wie Autos, Smartphones und Fast Food kommen auch Probleme. Die Umwelt, in der wir leben, ist voller giftiger Substanzen. Nebenprodukte aus Produktion, Bergbau und Pendeln sind nur einige der erwähnenswerten Nebeneffekte. Wenn Sie mit dem Lesen dieses Kapitels fertig sind, werden Sie überrascht sein, wie viele Gifte es gibt. Und Sie werden noch mehr motiviert sein, Gewicht zu verlieren, indem Sie die natürliche Kraft des Roten Tees nutzen. Die Verbindung zwischen Toxinen und Fett ist Ihnen vielleicht noch nicht klar, aber Sie werden bald sehen, wie diese beiden scheinbar getrennten Themen tief miteinander verbunden sind.

## Wo können Sie Giftstoffe finden?

Jeden Tag wird Ihr Körper mit Chemikalien und anderen Giften bombardiert. Pestizide, Herbizide und sogar verschreibungspflichtige Medikamente sind in gewöhnlichen Lebensmitteln zu finden. Diese werden sogar in dem Wasser gefunden, das aus Ihrer Küchenarmatur kommt. Toxine sind oft in Boden, Luft und Grundwasser und sogar sauber aussehenden Bächen, Flüssen und Seen enthalten. Synthetische Materialien sind überall um uns herum. Diese enthalten auch Giftstoffe.

Einige Quellen von Toxinen sind offensichtlich. Zum Beispiel, Drogen und Tabak, Lebensmittelzusätze wie Farbstoffe und künstliche Aromen. Schmutzige Luft und schmutziges Wasser sind ein paar Dinge, die Sie bereits jetzt vermeiden können.

Andere Toxinquellen sind weniger bekannt. Wussten Sie, dass viele Haushaltsprodukte und Körperpflegemittel Giftstoffe enthalten? Diese können Sie z.B. einatmen oder über die Haut aufnehmen.

Toxine aus externen Quellen werden als exogene Toxine bezeichnet. Stellen Sie sich diese als etwas vor, das durch Atmen, Essen, Trinken oder Kontakt aufgenommen werden kann.

Ihr Körper erzeugt auch Giftstoffe. Diese entstehen meist aus Nebenprodukten, die in Stresssituationen entstehen, sowie aus Nebenprodukten von anhaltenden, negativen Gefühlszuständen. Diese Toxine und andere selbstproduzierte Toxine sind Teil des biochemischen Prozesse Ihres Körpers.

Werfen wir einen genaueren Blick auf Toxine. Ich bin nicht hier, um Sie zu erschrecken. Aber



Sie haben ein Recht darauf die Wahrheit zu erfahren. Auch Sie sollen wissen, was in Ihrem Körper fließt und sich befindet. Das **Red Tea Detox Programm** wird diese Toxine beseitigen. Aber zuerst ist es hilfreich zu wissen, womit Sie es zu tun haben.

## Giftstoffe in der Nahrung

Nahrung soll unseren Körper und Geist nähren. Aber viele der Produkte, die heutzutage als "Nahrung" gelten, sollten direkt in die nächste Mülltonne wandern. Es stimmt, es gibt oft Giftstoffe in natürlichen Lebensmitteln. Aber die schlimmsten Lebensmittel sind verarbeitete Lebensmittel wie Getreide, Weißbrot, Transfette und andere Produkte, die chemisch verändert wurden.

Hersteller wollten niemandem Schaden zufügen, wenn sie damit begannen, Lebensmittel zu erzeugen. Tatsächlich versuchten sie, schwere Hungersnöte zu lösen. Heute wissen die Lebensmittelhersteller ganz genau, dass sie schädliche Stoffe produzieren. Jedoch ist es vielen egal, dass ihre Produkte Krankheiten erzeugen oder sogar langfristig tödlich sind. Zu den üblichen Nahrungsgiften gehören:

- Nitrate und Nitrite in verarbeitetem Fleisch. Wenn Nitrite in Gegenwart von Aminosäuren Hitze ausgesetzt werden, können sie zu Nitrosaminen werden. Das sind gefährliche Karzinogene. Die meisten verarbeiteten Fleischsorten enthalten Natriumnitrite. Wenn man bedenkt, dass es sich um eiweißreiche Nahrungsmittel handelt, ist dies die perfekte Kombination, um Nitrosamin zu bilden.
- Zu viel Omega-6-Fettsäure in industriellen Samenölen wie Baumwollsaamen, Mais, Sojabohnen, Saflor usw.
- Verarbeiteter Zucker, besonders fruktosehaltiger Maissirup (HFCS)
- Genetisch veränderte Lebensmittel, insbesondere Mais und Soja
- Aufgebaute Pharmazeutika wie Antibiotika und andere Toxine wie Steroide und BHT (Butylhydroxytoluol), die in tierischen Produkten wie Fleisch, Eiern und Milchprodukten vorkommen
- Pestizide und Herbizide, die auf konventionell angebauten Produkten und Getreide vorkommen

Toxine in Lebensmitteln sind fast unvermeidlich. Das Essen einer sauberen Diät hilft Ihnen jedoch gesund zu bleiben und die Gifte in Ihrem Körper zu verringern.



# Giftstoffe im Wasser

Fast das gesamte Leben auf diesem Planeten ist lebenslang auf Wasser angewiesen. Deswegen ist es einfach unfassbar, dass diese wertvolle Ressource so oft nicht geachtet wird. Wir werden dazu gebracht zu glauben, dass behandeltes Wasser sicher ist. Wir können es angeblich bedenkenlos trinken oder darin baden. Bis zu einem gewissen Grad ist dies auch richtig, da tödliche Krankheitserreger normalerweise entfernt werden.

Aber viele Gifte werden nicht aus dem Leitungswasser entfernt. Und viele von diesen finden oft ihren Weg in die natürlichen Wasserquellen. Pharmazeutika, Industriechemikalien, Pestizide, Düngemittel und Schwermetalle wie Quecksilber, Blei und Arsen sind oft in geringen Mengen vorhanden. Diese werden Sie nicht sofort krank machen, aber sie sammeln sich innerhalb Ihres Körpers. Das bedeutet: Jeder, der behandeltes Leitungswasser trinkt oder darin badet, absorbiert auch toxische Nebenprodukte des Wasserbehandlungsprozesses, wie Chlor.

Wie finden all diese Schadstoffe ihren Weg in unsere Wasserversorgung? Es gibt mehrere Möglichkeiten:

- Industrieabfälle wie Blei, Arsen, Quecksilber und Petrochemikalien gelangen in Flüsse und Bäche
- Automobilflüssigkeiten wie Frostschutzmittel, Benzin und Autoöl gehen im Regen herunter und fließen schließlich in die Wasserstraßen
- Rasenchemikalien und Abfälle aus konventionellen Betrieben - einschließlich Düngemitteln, großen Mengen an tierischen Abfällen, Herbiziden und Pestiziden - gelangen in das Grundwasser und somit wiederum in die Gewässer
- Wasser sickert durch Deponien, die mit Müll, toten Tieren und Chemikalien beladen sind.
- Abfälle, die in Grundwasser und Wasserwege gelangen.
- Betriebe oder CAFOs (begrenzte Tierfütterungsbetriebe), die Tiere wie Hühner, Schweine und Rinder für die Fleischindustrie aufziehen, setzen Tierabfälle in Wasserstraßen frei. Der Abfall enthält oft Schadstoffe wie Antibiotika, Steroide, Hormone und andere Arzneimittel.

Wasser fließt schnell von einem Ort zum anderen. Alles fließt flussabwärts. Selbst wenn Sie in einer unberührten Gegend leben, kann Ihr Wasser Schadstoffe enthalten.

Zum Glück gibt es einen einfachen Weg, mit Giftstoffen aus dem Wasser umzugehen. Die Installation eines Filtersystems für das gesamte Haus kann Ihnen und Ihrer Familie helfen, Giftstoffe aus dem Wasser in Zukunft zu vermeiden. Wenn Sie das nicht wollen, dann filtern Sie zumindest Ihr Trinkwasser. Es gibt verschiedene preiswerte Optionen, einschließlich Wasserfiltersysteme, die ohne teure oder komplizierte Installationen auf Ihrem Küchentresen platziert werden können.

## **Giftstoffe in der Luft**

Sauerstoff ist lebenswichtig. Die Luft die wir atmen, sollte voll davon sein. Leider ist heutzutage dreckige Luft überall - und das gilt auch, wenn Sie in einer sauberen Umgebung leben. Wind trägt Giftstoffe wie Autoabgase, Rauch aus Waldbränden, schädliche Gase aus Raffinerien und Fabriken und sogar radioaktive Partikel auf dem ganzen Planeten. Weniger schädliche Giftstoffe wie Staub, Tierhaare und Schimmel sind auch in der Luft vorhanden. Zudem sind wir auch oft Dingen wie Farbdämpfen, Parfüms und künstlich duftenden Reinigungsmitteln ausgesetzt.

Je dreckiger die Luft ist, desto weniger Sauerstoff erhalten Sie mit jedem Atemzug und desto mehr Giftstoffe muss Ihr Körper bekämpfen. Durch die Vermeidung von offensichtlichen Luftverschmutzungsquellen kann die Belastung reduziert werden.

## **Giftstoffe im Boden**

Schmutz, richtig? Leider stimmt das nicht mehr. An vielen Orten wurden gefährliche Abfälle über Jahrzehnte oder sogar länger als ein Jahrhundert direkt auf den Boden gegossen. Diese Abfälle können Pflanzen, Tiere und Menschen schädigen.

Krankenhäuser, Hersteller und alltägliche Verbraucher tragen zu Giftstoffen im Boden bei. Dinge wie Batterien, alte Elektronik, Pestizide, Herbizide, Autochemie und Farbe gelangen bei der Entsorgung in den Boden und von dort ins Grundwasser.

Einige Bodengifte werden von Pflanzen aufgenommen und direkt von Menschen und Tieren aufgenommen. Andere gelangen bei Regen in Bäche oder ins Grundwasser. Einige Toxine sind besonders hartnäckig. Zum Beispiel sammelt sich Quecksilber in der Umgebung an und bewegt



sich gewöhnlich in Wasserstraßen umher. Dort werden Sie wiederum von kleinen Organismen verzehrt. Da größere Organismen kleinere essen, nehmen sie das Quecksilber ebenfalls auf. Und wie Sie vielleicht schon wissen, tragen Fische oft massive Quecksilberspuren in sich. Thunfisch ist oft so voller Quecksilber, dass schwangere Frauen und kleine Kinder diese am besten nicht essen sollten.

Wenn Sie wissen woher Ihr Essen kommt, kann Ihnen dabei helfen sich sicherer zu ernähren. Die Vermeidung von Fischen, die Quecksilber enthalten könnten (normalerweise Arten wie Thunfisch, Hai, Schwertfisch usw.) kann Ihnen dabei helfen, Ihre Giftstoffbelastung zu reduzieren. Muscheln und Garnelen enthalten es auch.

Sobald Quecksilber in Ihren Körper gelangt, können Symptome wie Schlaflosigkeit, Zittern, Kopfschmerzen, emotionale Veränderungen, gestörte Nerven, Schilddrüsen- und Nierenprobleme auftreten. Bei einer Standardentgiftung wird kein Quecksilber aus Ihrem Körper entfernt. Wenn Sie befürchten, dass Sie zu viel Quecksilber in Ihrem Körper haben, dann sollte dies Ihr Arzt testen. Die Behandlung der Toxizität beinhaltet die Chelat-Therapie, die bis heute die einzige zuverlässige Methode ist, Quecksilber und andere Schwermetalle aus dem Körper zu entfernen. Wenn Sie Quecksilber Amalgam Füllungen haben, ist ein Gespräch mit Ihrem Zahnarzt über diese Entfernung auch eine gute Möglichkeit, die Menge an Quecksilber zu reduzieren, die Sie Ihrem Körper ausgesetzt sind.

## **Giftstoffe in synthetischem Material**

Stoffe sind überall - und heutzutage ist der größte Teil des Gewebes in unserem Leben synthetisch oder zumindest teilweise synthetisch. Diese komplexen Stoffe bieten oft eine großartige Mischung aus Komfort, Pflegeleichtigkeit und ansprechendem Aussehen. Aber viele von ihnen wurden mit Formaldehyd, chemischen Farbstoffen, feuerhemmenden Mitteln und mehr behandelt.

Das Waschen von Stoffen vor der Verwendung kann helfen. Achten Sie darauf, Ihre Kleidung mit ungiftigen Reinigungsmitteln ohne Duftzusatz zu waschen. Das Filtern von Raumluft zur Entfernung von Gasen, die aus Quellen wie neuen Teppichen, Vorhängen, Möbeln und anderen Textilien stammen, kann ebenfalls helfen. Wenn Sie ein neues Auto bekommen, seien Sie sich bewusst, dass ein großer Teil des "Neuwagengeruchs", den viele Menschen als angenehm empfinden, aus Chemikalien in den Kunststoffen und Geweben stammt. Lüften Sie Ihr Fahrzeug gut und oft, um die Giftstoffe zu reduzieren.

# Giftstoffe in Selbsthilfeprodukten

Wenn ich sage, dass Giftstoffe überall sind, dann meine ich wirklich, dass sie in fast allen Produkten vorkommen. Dies umfasst auch Pflegeprodukte. Denken Sie an Deodorants, Mascara, Körperwaschmittel und Lotion. Wir müssen vorsichtig sein und die Zutatenliste für jedes Produkt lesen. Dinge wie Formaldehyd, Phthalate, Duft, BHA und BHT befinden sich häufig in diesen Produkten und können Hormonstörungen und viele andere Gesundheitsproblemen verursachen. Der beste Weg, diese Giftstoffe zu vermeiden, ist die Auswahl von Produkten, die speziell als "ungiftig" gekennzeichnet sind. Und die Suche nach allen Produkten, die Sie derzeit auf Ewg.org verwenden.

## Fett und Giftstoffe: Eine tödliche Kombination

Wenn Sie Giftstoffe aufnehmen, finden sie ihren Weg in Ihre Zellen, einschließlich Ihrer Fettgewebe. Obwohl Ihr Körper über ein eigenes Entgiftungssystem verfügt, ist es nicht darauf ausgerichtet, mit allen Giften fertig zu werden, die mit dem Leben in der heutigen Umwelt einhergehen. Sehr viele Menschen leiden heutzutage unter Krebs, Alzheimer-Krankheit, Diabetes, Autismus, Müdigkeit, Herzerkrankungen, Unfruchtbarkeit, Allergien und Fettleibigkeit. Diese Krankheiten stehen in einem direkten Zusammenhang mit den Giftstoffen im Körper.

Sogar Biochemikalien sind schwieriger für Ihren Körper zu beseitigen, als früher. Früher wurde Ihr Körper auch nicht mit äußeren Toxinen konfrontiert und so ständig überlastet. Als Folge leidet Ihr Immunsystem, Ihr Stoffwechsel leidet. Sie sind müde, krank und fett.

Viele der Giftstoffe, die aktuell in Ihrem Körper sind, sind in Ihren Fettzellen gespeichert. Aus diesem Grund ist das Abnehmen auch ein so wichtiger Teil des **Red Tea Detox Programms**. Denn wenn Sie das Fett loswerden, dann werden Sie gleichzeitig auch die Toxine beseitigen.

Einer der Gründe, warum Ihr Körper immer Fett speichert ist, dass er sich ein Lager schaffen möchte für die Zeit, in der nicht genug Nahrung vorhanden ist und für Dinge wie Pestizide und Quecksilber. Durch das Speichern und Fett und Wasser verdünnt Ihr Körper die Giftstoffe. Nur so kann er sein Bestes geben um Schaden abzuwenden.

Während der Körper natürlich Toxine ausspült, werden Giftstoffe meist nicht ausgespült. Während Sie Giftstoffe aufnehmen, werden Ihre körpereigenen Abwehrkräfte aktiviert und Ihr Immunsystem schaltet sich ein.

Entgiftung gibt Ihrem Körper eine dringend benötigte Pause von dem ständigen Zustrom an Chemikalien. Es ermöglicht Ihrem System, angesammelte Giftstoffe abzugeben. Die Zutaten in meinem Red Tea Rezept unterstützen Entgiftung durch Bekämpfung der Entzündung, Stärkung der Immunität und hilft bei der Beseitigung von Abfällen. Sie werden bald mehr über diese Kräuter erfahren, aber zuerst, schauen wir uns genauer an, warum Entgiftung so wichtig ist.

# Warum mit rotem Tee entgiften

Sie wundern sich vielleicht, warum eine Entgiftung mit rotem Tee wichtig ist. Sie sind wahrscheinlich neugierig darauf, was dieser Prozess für Ihren Körper bewirken wird. Sie wissen bereits, dass eine gute Entgiftung Ihnen helfen wird, Gewicht zu verlieren. Aber es gibt viel mehr als überschüssiges Gewicht zu verlieren.

Toxine spielen eine große Rolle bei vielen körperlichen, mentalen und emotionalen Problemen. Probleme, die so häufig sind, dass wir dazu neigen, sie zu akzeptieren oder als einen gewöhnlichen Teil des Lebens anzusehen. Viele dieser Probleme sind miteinander verbunden und einige haben eine direkte Verbindung zur Fettleibigkeit. Einige der folgenden Probleme können durch Giftstoffe verursacht oder verschlimmert werden und können für Sie gelten:

- Stimmungsschwankungen
- Wenig Energie
- Schlaflosigkeit
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Kopfschmerzen
- Ekzem
- Muskel- und / oder Gelenkschmerzen
- Asthma
- Allergien
- Fibromyalgie
- Rückenschmerzen
- Arthrose
- Fettleber-Krankheit
- Gallensteine

- Karpaltunnelsyndrom
- Chronische Müdigkeit
- Vorzeitige Alterung
- Verdauungsprobleme wie Durchfall, Blähungen und Verstopfung
- PMS
- Nahrungsmittelallergien
- Hauterkrankungen wie Akne

Wie ist das möglich? Kurz gesagt, Toxine beeinflussen die Funktionsweise von Zellen und können mit der Zeit auch die Zellstruktur verändern. Betrachten Sie Krebs, der oft mit Toxinen in Verbindung gebracht wird. Erkennen auch Sie die Verbindung?

Wir wurden konditioniert, Giftstoffe in verschiedenen Formen anzunehmen und zu glauben, dass sie ein notwendiger Teil des modernen Lebens sind. Das Leben mit giftigen Ablagerungen hat sich normalisiert, obwohl die Menschen dicker und kränker sind als je zuvor. Obwohl Menschen in den westlichen Ländern länger leben, sind wir auch chronischen Krankheiten ausgesetzt, die früher selten waren.

Während der Körper eingebaute Mechanismen zur Beseitigung von Giftstoffen hat (Schwitzen, Wasser lassen, Stuhlgang und sogar Weinen sind unter ihnen), genügt eine natürliche Entgiftung nicht. Die regelmäßige Entgiftung mit rotem Tee kann Ihr Leben verändern, indem es Symptome wie Fettleibigkeit beseitigt. Deshalb habe ich diese Entgiftung entwickelt. So gelang es mir den Fokus auf Diäten zu lenken, die überschüssiges Fett beseitigen.

## **Verstehen Sie das körpereigene Entgiftungssystem**

Ihr Körper absorbiert Nährstoffe und Giftstoffe jedes Mal, wenn Sie essen, trinken, atmen und mit bestimmten Dingen in Kontakt kommen. Zum Beispiel absorbieren Sie Sonnenlicht, um das Vitamin D zu erhalten. Das Sie brauchen, und Sie atmen, um den lebenswichtigen Sauerstoff zu erhalten. Ihre Haut, Lunge und das Verdauungssystem gehören zu den größten Möglichkeiten zur Beseitigung von

Giftstoffen.

Die Leber, die Nieren, die Blase, die Gallenblase, der Dünndarm und das Kolon spielen eine wichtige Rolle bei der Beseitigung von Toxinen, ebenso wie Ihre Haut. Ihre Lungen pusten Toxine aus, wenn Sie ausatmen, und Ihre Haut beseitigt Giftstoffe, wenn Sie schwitzen.

Je mehr Giftstoffe Sie ausgesetzt sind, desto größer ist Ihre toxische Belastung und desto mehr werden Sie Nebenwirkungen wie die oben aufgeführten bemerken. Die gute Nachricht ist, dass Sie Ihrem Körper eine Pause gönnen, indem Sie einer sauberen Diät folgen. Kräuter verwenden, um Ihre Entgiftung zu unterstützen, und eine Auszeit nehmen, um sich auszuruhen. So können Sie Ihr Aussehen verändern und sich deutlich besser fühlen!

Sie haben vielleicht gehört, dass die Entgiftung mit Nebenwirkungen einhergeht, und das ist definitiv richtig. Je nachdem, wie viele Gifte sich in Ihrem Körper befinden, können Sie mit Kopfschmerzen, Hautausschlägen, Übelkeit, Reizbarkeit, Durchfall, Müdigkeit und sogar Schlafstörungen konfrontiert werden.

## Wie roter Tee die Entgiftung unterstützt

Reinigung und Entgiftung werden allzu oft auf die gleiche Stufe gestellt wie Deprivation. Unsere Gedanken haben Mühe, sich auf das Konzept des freiwilligen Leidens einzulassen. Deshalb habe ich große Anstrengungen unternommen, um diesen Prozess über köstliche Speisen und Getränke statt Kohlsuppe, endlose Teller langweiligen Grünkohls oder gruselige Koffein-Diäten zu machen. Ich sage nicht, dass Sie keine Schwierigkeiten haben werden. Denn Veränderungen jeglicher Art können schwierig sein. Aber mit Hilfe meiner Diät und rotem Tee können Sie Ihre Gesundheit auf Touren bringen, den Stoffwechsel anregen und eine hervorragende Gesundheit erlangen. Wie werden sich sehr schnell besser fühlen!

Bei dieser Entgiftung geht es nicht nur darum, die schlechten Dinge, die wir vorher besprochen haben, zu beseitigen. Es geht auch darum, gute Sachen in Ihren Körper zurückzubringen. So können auch Sie sich lebhaft, lebendig und glücklich fühlen. Es geht um den Umgang mit Insulinspitzen und Nahrungsabhängigkeiten, die Sie belasten. Und es geht darum, Ihre Beziehung zu sich selbst zu verändern. Machen Sie Ihre Gesundheit wieder zur Priorität und nicht zu einer Begleiterscheinung.

Hier kommt der rote Tee ins Spiel. Die Kräuter in meinem roten Tee helfen Ihnen dabei, Ihre



Energie während der Entgiftung aufrecht zu erhalten, und es macht unangenehme Nebenwirkungen leichter erträglich. Es hilft Ihnen auch, sehr gut hydriert zu bleiben. So kann Ihr Körper Giftstoffe ausspülen und muss sie nicht mehr speichern. Der Geschmack des roten Tees ist angenehm und Sie können ihn auf verschiedene Arten genießen. Sehen Sie diesen Tee als eine Belohnung und er wird Ihnen noch besser gefallen! Obwohl Sie tatsächlich Heilkräuter verwenden, um einen vollständigen Körperreinigungsprozess zu unterstützen, wird die Belohnung im Vordergrund stehen.

Bei dem roten Tee geht es um die Ernährung. Er ist einfach und lecker, und wird Ihnen helfen, Ihren Körper schnell in seinen natürlichen Zustand des Wohlbefindens zurück zu bringen. Im nächsten Kapitel erfahren Sie mehr über den Zusammenhang zwischen Entgiftung und dem Verlust von Gewicht. Zudem werden Sie sehr motiviert sein, mit diesem lebensverändernden Prozess zu beginnen.

## **6 fantastische Gründe, die die Entgiftung mit diesem roten Tee so kraftvoll machen**

### **Entgiftung**

Ihr Körper hat seine eigenen Mechanismen, um Toxine zu entfernen. Aber Überbelichtung verursacht eine Belastung, verlangsamt den Entgiftungsprozess. Indem Sie roten Tee trinken, können Sie Ihrem Körper Hilfe bei der Entgiftung geben, was es viel einfacher macht, die Giftstoffe zu eliminieren, die zur Gewichtszunahme führen und Ihr Wohlbefinden schädigen. Entgiftung hilft Ihnen, besser und glücklicher zu leben, und es kann Ihnen auch helfen, ein längeres Leben zu leben.

Wie funktioniert das? Wir atmen immer Luft, trinken Wasser und andere Getränke und essen natürlich unsere Lieblingsspeisen. Aber was passiert, nachdem der Körper aus den aufgenommenen Partikeln das extrahiert hat, was er braucht? Verdauung führt zu noch mehr Verschwendung. Während dies ein natürliches Nebenprodukt des Verdauungsprozesses ist, werden einige Abfälle fast immer zurückgelassen. Genau dann steigt die toxische Belastung Ihres Körpers. Die kraftvollen roten Superfruits und Supernahrungsmittel sorgen für Ballaststoffe, die Ihren Körper reinigen, Ihr Verdauungssystem anregen und aufbauende Toxine auf dem Weg beseitigen.

## Gewicht verlieren

Wussten Sie, dass der Verlust von nur einem Fünftel bis einem Zehntel Ihres derzeitigen Gewichts zu einer ganzen Reihe von gesundheitlichen Vorteilen führen kann?

Wissenschaftliche Beweise weisen auf einen Rückgang von schlechtem Cholesterin (LDL). Ein Anstieg des guten Cholesterins (HDL), führt zu einem signifikanten Rückgang der Triglyceride (Fett in Ihrem Blut), und zu einer Abnahme der Probleme im Zusammenhang mit Bluthochdruck. Die gleiche Menge an Gewichtsverlust hat einen positiven Einfluss auf Diabetes, verringert die Insulinresistenz und verbessert Schlafapnoe. Entzündungen, die zu Schlaganfällen und Herzinfarkten führen, sinken durch einen Verlust von Gewicht um mind. zehn Prozent.

Eine erschütternde Anzahl von Deutschen ist übergewichtig. Fettleibigkeit ist ein Problem, das andere Gesundheitsprobleme mit sich bringt. Selbst wenn wir nur ein paar Kilo zu verlieren haben, profitieren wir davon, überschüssiges Gewicht zu verlieren! Wenn Sie hoffen, Gewicht zu verlieren, werden Sie nicht von Ihrem neu gefundenen roten Tee Gewohnheit enttäuscht sein. Diese köstlichen Mischungen sind so lecker, dass sie wie verbotene Leckereien scheinen. Aber ihr hoher Wassergehalt, Ballaststoffe und nahrhafte Zutaten können Sie im Überfluss genießen. Sie sind gesättigt, reduzieren die Heißhungerattacken, die die meisten Gewichtsverlust Pläne begleiten, und verspüren kein Gefühl der Entbehrung.

## Ausgezeichnete Hydration

Sie werden überrascht sein, dass eine angemessene Flüssigkeitszufuhr hilft sicherzustellen, dass Ihr gesamter Körper richtig funktioniert. Ihre Muskeln, das Verdauungssystem, das Gehirn und sogar Ihr Immunsystem sind auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr angewiesen, um richtig zu funktionieren. Einige Dinge, die wir trinken - obwohl sie Flüssigkeiten sind - dehydrieren, anstatt den Körper zu hydrieren! Alkohol, Soda und Kaffee z.B. Einige andere Gewohnheiten führen auch zu Dehydration. Das sind z.B. das Rauchen von Zigaretten und essen verarbeitete Lebensmittel. Meiden Sie wenn möglich diese Lebensmittel und Getränke.

Neben der Vermeidung von Dehydrierung und dem Trinken von viel Wasser, werden Sie feststellen, dass roter Tee zu einer besseren Hydratation beiträgt. Das trägt wiederum dazu bei, dass alles

reibungslos verläuft und zu sofortigem Wohlbefinden führt. Wie viele Menschen werden Sie sich wahrscheinlich anfangs von allen Flüssigkeiten etwas überwältigt fühlen, aber schlürfen Sie weiter. Ihr Körper wird schnell herausfinden, dass er endlich die Feuchtigkeit bekommt, die ihm fehlt. Der ganze Prozess wird sich willkommen und erfrischend anfühlen.

## **Bessere Verdauung**

Haben Sie jemals den Begriff "SAD" als Akronym für die American Standard Diät verwendet? Diese Abkürzung ist angemessen, da diese Diät auf vielen verarbeiteten Lebensmitteln, Fleisch, Milchprodukten, ungesundem Fett und Salz basiert. Es führt zu einer ganzen Reihe von Krankheiten und ganz zu schweigen von Verdauungsbeschwerden, die von Sodbrennen bis zum Reizdarmsyndrom reichen (um nur einige zu nennen!).

Roter Tee gibt Ihrem Körper seine dringend benötigte Pause von all diesen Substanzen und hilft dabei, den Schlamm aus Ihrem Darm und Dickdarm zu entfernen. So gelangt Ihr Körper wieder ins Gleichgewicht!

## **Einfache Umsetzung**

Roter Tee ist so einfach zuzubereiten, dass Sie sich sicher fragen, wo es Ihr ganzes Leben lang war! Wenn Sie so beschäftigt sind wie so viele von uns, dann werden Sie die fünf Minuten Vorbereitungszeit und die schnelle Reinigung zu schätzen wissen.

## **Unglaublich köstlich**

Ich habe das schon einmal erwähnt, und ich erwähne es wieder. Wenn Sie aus irgendeinem Grund immer noch nicht überzeugt sind um diese Entgiftung durchzuführen, ist es definitiv Zeit für Sie, anzufangen! Für viele Menschen ist es die Unsicherheit, die sie zurückhält. Sie können mir glauben, dass es in der Geschmacksabteilung absolut nichts zu befürchten gibt. Mein roter Tee ist einfach unglaublich, mit seinen reichen Aromen. Sogar Kinder genießen es, diesen Tee zu trinken!



# Schnelle Entgiftung und schnell Gewicht verlieren

Es gibt keine Wunderdroge für eine Entgiftung und erfolgreich abzunehmen. Aber das hält die Leute nicht davon ab, den Prozess schnell hinter sich bringen zu wollen. Roter Tee kommt dem nahe, aber ich werde nicht lügen - Sie müssen bereit sein, sich Ihrem eigenen Erfolg hinzugeben und sich wirklich anstrengen. Das ist ein Bereich, in dem viele "Diäten" versagen. Ihre Ersteller verwenden "schnell und einfach" als einen Code für "keine Anstrengung erforderlich" und negieren dabei die Wichtigkeit von Anstrengung und Engagement.

Ich verstehe, warum das passiert, weil ich in all den Jahren, die ich in der Diät- und Fitnessbranche verbracht habe, nie gefragt wurde, wie ich langsam abnehmen kann. In der Tat, die meisten Menschen, die sich an mich wenden, um Gewicht zu verlieren, haben Dutzende oder sogar mehr als 50 kg zu verlieren. Sie suchen nach dem schnellsten Weg, um sich von dem Übergewicht zu befreien. Verstehen Sie mich nicht falsch: Ich habe gesehen, dass Menschen mit einem Ansatz "langsam und stetig" das Rennen gewinnen und Erfolg haben, aber es gibt nur wenige dazwischen. Das führt mich zu der Annahme, dass der Hauptgrund ist, warum die meisten Diäten scheitern, dass sie einfach nicht die schnellen Ergebnisse liefern, die die Menschen wollen.

Machen wir uns nichts vor: Es macht keinen Spaß, jeden Bissen zu beobachten und Stunden damit zu verbringen, sich Tag für Tag im Fitnessstudio abzumühen, nur um zu sehen, wie die Skala um ein oder zwei kg pro Woche nach unten schleicht. Kein Wunder, dass so viele Menschen aufgeben!

Ich bin zu dem Schluss gekommen, dass eine erfolgreiche Ernährung zu signifikanten, sichtbaren Ergebnissen führt. Und das auch noch schnell. Wenn man Ergebnisse sieht, steigert das die Motivation und erhöht das Engagement. Vertrauen Sie mir: Wenn Menschen diese echten Ergebnisse sehen und anfangen, die Vorteile zu genießen, die mit ihnen einhergehen, entsteht ein "Schneeballeffekt". Die Verbesserung geschieht schneller und die Ergebnisse werden besser und besser, da sich die Menschen schlanker und gesünder fühlen. Je besser sie sich fühlen und aussehen, desto motivierter sind sie um weiterzumachen.

Mit dem **Red Tea Detox Programm** werden Sie schnell echte Ergebnisse erzielen. Betrachten Sie sie als das Feedback und die Motivation, die Sie brauchen, um mit diesem Programm



fortzufahren. Selbst wenn es schwierig wird und Sie das Licht am Ende des Tunnels schneller sehen können, als Sie es sich vorstellen können: mit Ihrem Ziel fest im Visier werden Sie nicht aufzuhalten sein!

Natürlich gibt es Fragen. Wenn die Menschen zum ersten Mal von dem **Red Tea Detox Programm** hören und die dramatischen Abnehm-Ergebnisse sehen, sind sie manchmal besorgt. "Ist es nicht gefährlich, so viel Gewicht so schnell zu verlieren?" Es ist eine Frage, die ich oft höre. Und es ist eine sehr gute Frage, wenn man bedenkt, dass wir immer wieder mit entsprechenden Aussagen bombardiert wurden. Die einfache Tatsache ist jedoch folgende: In meiner gesamten Forschung der letzten Jahrzehnte, habe ich noch keine handfesten Daten bezüglich der optimalen Geschwindigkeit beim Abnehmen gefunden. Stattdessen befassen sich die meisten Studien mit dem Thema Abnehmen und den verwandten Methoden.

Wenn Sie sich Sorgen um die Sicherheit machen, beachten Sie bitte Folgendes: Überflüssiges Körperfett gehört zu den gefährlichsten Dingen, die Sie haben können. Und das Risiko schwerer gesundheitlicher Probleme steigt, je länger Sie dieses Gewicht mit sich tragen. Fettleibigkeit ist die zweithäufigste Ursache des vermeidbaren Todes in Europa. Übergewicht oder Fettleibigkeit erhöht Ihr Risiko für zahlreiche Krankheiten und lähmende Gesundheitszustände, einschließlich mehrerer Arten von Krebs (Brust, Darm, etc.), koronare Herzkrankheit, Diabetes, Schlafapnoe, Gallenblasenerkrankung, Schlaganfall, Bluthochdruck, Osteoarthritis und vielen anderen.

In Anbetracht dieser Fakten macht es Sinn, dass Sie das überschüssige Fett so schnell wie möglich verlieren. Ich denke, Sie werden mir zustimmen, wenn ich sage, dass das die einzig richtige Antwort ist.

## **Was können Sie während der Entgiftung mit rotem Tee erreichen?**

Sie werden wahrscheinlich nicht überrascht sein, dass die Forschung bestätigt, dass die meisten Diäten scheitern. Was Sie vielleicht nicht wissen, ist, dass die Forschung auch zeigt, dass die meisten übergewichtigen Menschen zwischen 4 und 8 kg unerwünschtes Körperfett mit sich rumtragen. Ich weiß, dass die meisten Diäten nicht funktionieren, weil sie eine lange, langsame, langweilige Annäherung an den Prozess des Verlusts von Körperfett nehmen. Wenn Sie jemals eine Diät scheitern ließen, dann stimmen Sie wahrscheinlich mit mir überein. Es ist traurig, aber



es ist wahr: Menschen haben eine starke Tendenz, ihren Schwung zu verlieren, wenn sie nicht mehr begeistert sind von dem Potenzial für einen ganz neuen Körper und eine neue Chance für ein gesundes Leben. Die großen Anstrengungen und kleinen Belohnungen sind einfach unvereinbar.

Wenn Sie jemals erfolglos eine Diät gemacht haben, nehmen Sie sich einen Moment Zeit, um darüber nachzudenken, was passiert ist. Die Chancen stehen gut, dass Sie mit eifrigen, enthusiastischen Gefühlen und einer positiven Einstellung begonnen haben. Vielleicht haben Sie in der ersten Woche ein paar kg verloren. Sie haben begonnen sich besser zu fühlen. Aber dann hat es sich bei 0,5-1 kg weniger Fett pro Woche eingependelt. Bald fehlte Ihnen der Antrieb, da der Erfolg nicht mehr so spürbar war. Es war einfach nicht die Mühe wert. Nun, das gilt nicht für alle, aber es ist eine Geschichte, die ich immer hörte. Aus diesem Grund habe ich das **Red Tea Detox Programm** entwickelt. Mit diesem Programm wird es auch Ihnen gelingen in zwei Wochen einen massiven Verlust von Körpergewicht zu erzielen. Im Laufe von nur 14 Tagen werden Sie Resultate erreichen, die die meisten Diäten nur in 4 bis 5 Monaten schaffen.

Das **Red Tea Detox Programm** wurde speziell entwickelt, um eine extrem schnelle Methode zur Verbrennung dieser 4-8 kg Körperfett zu gewährleisten, die durchschnittliche Personen zu viel auf den Hüften haben. Einige Leute finden, dass sie noch mehr Gewicht verlieren können. Warum das so ist? Die Antwort ist einfach: Ich verstehe, dass eine extrem schnelle Diät blitzschnelle Ergebnisse liefern muss. Wenn diese Ergebnisse schnell in Erscheinung treten, erhalten Sie ein sofortiges Feedback, das Ihnen sagt, dass sich Ihre Bemühungen auszahlen. Wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie bekommen, was Sie wollen, halten Sie sich an den Plan. Und wenn Sie sich an den Plan halten, erhalten Sie den gewünschten Schneeballeffekt, damit Sie das gewünschte Ergebnis erzielen: Erfolgreiches Abnehmen und ein brandneuer Körper, den Sie sofort genießen können.

Deshalb funktioniert das **Red Tea Detox Programm**! Sie werden bald feststellen, günstige Veränderungen in der Körperzusammensetzung. Für die meisten Menschen geschieht das innerhalb der ersten Tage. Warten Sie noch! Denn es wird besser. Allein in der ersten Woche verlieren viele Menschen bis zu 5 kg Fett. Wenn das passiert, werden Sie feststellen, dass Ihre Kleidung lockerer wird, Sie sich leichter und wohler fühlen. Sie fühlen sich bis zu 10 Mal besser!



# Lügen der Diät-Industrie: Die Wahrheit über Entgiftung

Wenn auch Sie in der Vergangenheit versuchten abzunehmen, dann wissen Sie, dass die Diät- und Fitnessbranche bei weitem die verwirrendsten und widersprüchlichsten Branche der Welt ist. Fragen Sie zehn verschiedene Fitnessexperten nach dem besten Weg, um Gewicht zu verlieren. Und Sie erhalten mit Sicherheit zehn verschiedene Antworten. Antworten die möglicherweise oder überhaupt keine Gemeinsamkeiten aufweisen. Wer hat jedoch Recht? Wer liegt falsch? Wer kann das entscheiden?

Tatsache ist, dass die Diät- und Fitnessbranche eine riesige Verdienstquelle ist. Sie brauchen Menschen die übergewichtig sind, damit sie weiterhin von ihnen profitieren können. Sie ködern Menschen, die eine Lösung für Fettleibigkeit und alle damit verbundenen Gefahren suchen. Diese Multi-Milliarden-Dollar-Industrie unternimmt große Anstrengungen, um ihre Kunden davon zu überzeugen, eine bestimmte Methode zu wählen. Ihre Werbeabteilungen geben jedes Jahr Hunderte von Millionen Euro aus, um die Menschen davon zu überzeugen, dass sie die einzige „schnelle und einfache“ Lösung für unser Unternehmen sind um Gewicht zu verlieren. Kein Wunder, dass das Thema Abnehmen so verwirrend ist!

Sie sind wahrscheinlich mit einigen dieser „Lösungen“ vertraut. Lösungen, die in viele Formen annehmen, einschließlich Pillen, Pulver und gefährliche verschreibungspflichtige Medikamente mit unheimlichen Nebenwirkungen. Gadgets gehören ebenso zum Programm, wie medizinische Abnehm-Kliniken und teure persönliche Trainingspakete. Fertig-Mahlzeiten, die auf Fotos gut aussehen, aber wie Pappe schmecken und noch nicht einmal sättigen. Die Marketingbemühungen dieser Industrie haben eine enorme Reichweite. Diätfirmen nutzen Fernsehen, Internetanzeigen, Werbetafeln, Radioanzeigen und andere Taktiken, um ihr Publikum zu erreichen. Manchmal auch mit sehr hinterlistigen Methoden. Es überrascht Sie vielleicht, dass einige der größten Fitness-Magazine auf dem Markt tatsächlich im Besitz der Nahrungsergänzung-Unternehmen sind.

Verstehen Sie mich nicht falsch: Viele der oben genannten Methoden können sich positiv auf das

Abnehmen auswirken. Aber nichts kann Gewicht schneller verringern als die kombinierten Methoden, die Sie hier lernen werden. Methoden, die unterstützt von einem sorgfältig formulierten Kräutertee, den Sie selbst zubereiten werden, werden Sie zum Erfolg führen. Das ist kein Ergänzungsprodukt das Sie irgendwo kaufen können. Es ist ein sorgfältig ausgearbeitetes Rezept, das natürliche Kräuter verwendet. Dieser Tee wird Ihren Körper entgiften und gleichzeitig den Stoffwechsel ankurbeln. Mir ist klar, dass viele Leser in einem Zeitalter des Sensationalismus erwarten, dass ich eine Art „magische Pille“ aus dem Hut ziehe. Eine „geheime“ Fettabbaumethode, von der niemand sonst weiß. Aber das ist nicht der Fall.

Einige der Taktiken, die Sie neben dem roten Tee nutzen werden, sind wahrscheinlich Dinge, von denen Sie bereits gehört haben. Andere werden völlig neu für Sie sein. Und wieder andere werden Konzepte und Methoden sein, die Sie wahrscheinlich abgelehnt oder vermieden haben, weil Sie nicht verstanden oder nicht geglaubt haben, dass sie helfen würden.

Eines der größten Probleme, mit denen Menschen konfrontiert sind, wenn sie versuchen, Gewicht zu verlieren, ist, dass sie es nicht wissen wie Sie diese Methoden richtig einsetzen. Das ist jedoch entscheidend um möglichst viel Fett zu verlieren. Einige Leute verstanden nicht wie diese Methoden möglicherweise zusammenarbeiten könnten. Sie bemühen sich nicht, es zu versuchen. Leider ist das ihr Fehler! Aber vertrauen Sie mir und folgen Sie dem Plan. Diese Methoden funktionieren wirklich. Und sie arbeiten schneller und langfristiger als selbst das stärkste verschreibungspflichtige Diätpräparat das Sie auf dem heutigen Markt und das intensivste Trainingsprogramm zusammen! Der Zweck dieses Buches besteht darin, Ihnen die Möglichkeiten zur Verfügung zu stellen um Ihren Erfolg zu sichern. Ich verzichte in diesem Buch bewusst auf all die Informationen, denen Sie in der Vergangenheit ausgesetzt waren, und all die Verwirrung und widersprüchlichen Ratschläge. Das würde Ihnen schließlich absolut nicht helfen.

## Wie Fett entsteht

Bevor wir uns mit dem Abnehmen beschäftigen, lassen Sie uns über Fett sprechen. Lassen Sie uns zudem darüber sprechen, wie es sich in unseren Körper einschleichen kann. Wenn Sie von

mir erwarten, dass ich Sie auf einen bestimmten Makronährstoff in Ihrer Ernährung als Hauptursache für Gewichtszunahme hinweise, dann muss ich Sie leider enttäuschen. Denn dies ist einfach nicht der Fall. Ganz einfach: wir werden nicht fett, wenn wir Kohlenhydrate essen, und wir werden nicht fett, wenn wir nur Dinge essen, die reich an Fett sind. Wir werden fett wegen des Überflusses. Wir nehmen zu viele Kalorien über einen zu langen Zeitraum zu uns.

Wir wissen beide, dass Ihr Übergewicht nicht über Nacht entstand. Es wurde nicht durch einen Schokoriegel nach der Arbeit ausgelöst oder einem kleinen Stück Kuchen auf der Geburtstagsfeier Ihres Kindes. Fett funktioniert einfach nicht so. Wir gewinnen an Gewicht, indem wir regelmäßig mehr Kalorien zu uns nehmen, als unser Körper tatsächlich benötigt. Mit anderen Worten, wenn Ihr Körper 2.000 Kalorien pro Tag benötigt und Sie sogar etwas mehr als diese Menge, z. B. 2.100 Kalorien pro Tag, zu sich nehmen, werden im Laufe der Zeit zusätzliche 100 Kalorien zu überschüssigem Körperfett - und das führt zu einer erheblichen Zunahme von Fett, wenn Sie über mehrere Monate oder Jahre hinweg mehr essen, als Sie benötigen.

Der zweite Grund, warum wir fett werden, ist, dass die meisten von uns ihrem Körper niemals Zeit geben, das Fett, das wir angesammelt haben, zu verbrennen. Sie sehen, Ihr Körper kann sich zu einem beliebigen Zeitpunkt in nur einem von zwei Zuständen befinden: Gesättigt oder fastend. Wenn sich Ihr Körper im gesättigten Zustand befindet, verbraucht er Nahrung als Energiequelle, und es gibt keine Möglichkeit, Körperfett zu verbrennen.

Sie kennen bereits den dritten Grund, warum wir Fett nicht loswerden: Gifte! Der rote Tee erleichtert das ausspülen von Fett und Giften. Er ist jedoch nicht das einzige Werkzeug, das Ihnen zur Verfügung steht. Wenn sich Ihr Körper im Zustand des Fastens befindet, mobilisiert er ständig gespeichertes Körperfett aus den Speichern oder Überschüssen Ihres Körpers. Verwendet dieses Fett als Energiequelle. Dies führt dazu, dass Sie Gewicht verlieren. Insbesondere wenn Sie sich mit den richtigen Kräutern unterstützen und außerhalb der Fastenstunden eine saubere Diät nutzen.

Je mehr Ihr Körper sich im fastenden Zustand befindet, desto mehr Fett wird er verbrennen. Das macht Sinn, oder? Aber es gibt ein Problem. Die Forschung hat gezeigt, dass die meisten von uns ungefähr 20 Stunden pro Tag in einem gesättigten Zustand sind. Das bedeutet, dass

Ihr Körper während dieser 20 Stunden völlig unfähig ist, das hartnäckige Körperfett zu verbrennen. Noch schlimmer ist jedoch, dass Sie in diesen Stunden wahrscheinlich zu viele Kalorien essen und das Fett, das Sie bereits haben, noch mehr Nahrung bekommt.

Auf den nächsten Seiten erfahren Sie, wie Sie GENAU berechnen, wie viele Kalorien Ihr Körper täglich benötigt. Dieses Wissen ermöglicht es Ihnen, eine Gewichtszunahme zukünftig für immer sofort und bewusst zu beenden. Der rote Tee wird den Prozess erleichtern.

## Es gibt einige Punkte, die ich Ihnen erklären möchte

1. *"Fettverbrennende Nahrung"* ist ein mythisches Konzept. Nahrung - alle Lebensmittel - liefert Ihrem Körper Kalorien. Kalorien werden für die Energiegewinnung verwendet. Die Kalorien, die nicht sofort verbrannt werden, werden in den Fettzellen Ihres Körpers gespeichert. Davon abgesehen, wird Fett leichter in den Fettzellen aufgenommen als Glukose aus Kohlenhydraten oder Aminosäuren aus Eiweiß. Aber alle überschüssigen Kalorien passen gut in diese Fettzellen. Ein typisches Beispiel: Neulich las ich einen Artikel, in dem behauptet wird, dass Beeren zu den besten fettverbrennenden Lebensmitteln gehören. Wenn das wirklich der Fall wäre, würde die Logik dazu führen, dass wir 10 kg Beeren essen, um schnell schlank zu werden. Aber wir wissen alle, dass 10 kg Beeren viele Kalorien enthalten, und diese Kalorien würden zu einer Gewichtszunahme führen. Es stimmt, die Beeren sind mit Antioxidantien und Ballaststoffen beladen. Das ist sehr gut, aber Sie müssen die richtige Menge zu sich nehmen. Denken Sie daran, wenn Sie das nächste Mal das Titelblatt eines Magazins sehen, mit Schlagzeilen, die Sie in die Geheimnisse der „Top 10 Fettverbrennende Lebensmittel“ einweicht. Lebensmittel verbrennen kein Fett!
2. Jedes Mal, wenn Sie essen, läuft Ihr Körper mit diesen Kalorien, bis er leer ist. Die typische Mahlzeit enthält genügend Kalorien, um vier bis sechs Stunden über Glukose- und Glykogenspeicher vorzugehen. Das bedeutet, dass Sie sich während dieser Zeit in einem gesättigten Zustand befinden und nicht in einem Nüchternzustand. Die meisten Menschen essen während der nächsten sechs Stunden eine weitere Mahlzeit oder einen Imbiss, setzen den

„Ernährungszyklus“ fort und verhindern so, dass der „Fastentag“ stattfindet. Wenn also Ihr letzter Bissen um 20:00 Uhr ist, bleibt Ihr Körper wahrscheinlich bis ca. 2:00 Uhr im „Fütterungszustand“. Zu diesem Zeitpunkt wird Ihre letzte Mahlzeit vollständig verdaut und Ihr Körper wechselt zu Fett, um die wichtigsten Funktionen für den Rest der Nacht aufrechtzuerhalten. Und wenn Sie mehr Kalorien zu sich nehmen, als Sie benötigen, wird Ihr Körper niemals alles verbrennen. Roter Tee kann Ihnen dabei helfen Ihren Appetit auf natürliche Weise zu reduzieren. Halten Sie sich an den Plan, sodass Sie häufiger in den Nüchternen Zustand gelangen und schneller Fett verbrennen.

Die gute Nachricht ist: Wenn Sie weniger essen und somit weniger Kalorien essen als Sie brauchen, und den roten Tee als Mittel zur Eindämmung des Heißhungers verwenden, wird Ihr überschüssiges Fett abgebaut. Ihr Körper wird zu einer Fettverbrennenden Maschine.



# Handeln Sie!

Das **Red Tea Detox Programm** führt in der Regel zu einer Fettverbrennung von bis zu 0,5 kg täglich. Wenn Sie das **Red Tea Detox Workout** zur Diät hinzufügen, beträgt die Fettverbrennung in der Regel mehr als 0,5 kg pro Tag. Aus diesem Grund werden Sie innerhalb weniger Tage nach dem Start einige schöne Fortschritte sehen.

Ich habe noch nie einen Leser erlebt, der in diesen 14 Tagen nicht mindestens 5 kg abgenommen hat.

Im **Red Tea Detox Programm** „tricksen“ wir Ihren Körper aus, indem wir ihn in einen 24/7-Fettverbrennungs-Hunger-Modus versetzen. Während wir ihm allerdings die entsprechende Menge an Protein zur Verfügung stellen, die er benötigt, wird die fettfreie Körpermasse geschützt - ganz zu schweigen von der zusätzlichen thermischen Wirkung, dieses Protein zu verdauen. Zusätzlich hemmt der kraftvolle Red Tea Ihren Hunger und regt die Fettverbrennung in Ihrem Körper an.

**Denken Sie daran, dass es bei dieser Diät darum geht, das zu maximieren, was wir brauchen, und gleichzeitig zu reduzieren und einzuschränken, was wir nicht brauchen!**



# Starten Sie jetzt!

Genau jetzt stehen Sie vor der Tür zu einem schlankeren, gesünderen Ich.

Alles, was Sie brauchen, um durch diese Tür zu gehen, ist die Bereitschaft, jetzt zu handeln und in sich selbst zu investieren.

## Sie sind es sich wert!

Lassen Sie die kraftvollen Prinzipien des **Red Tea Detox Programm** für Sie arbeiten.

Stellen Sie sich vor, wie Sie sich auf das **Red Tea Detox Programm** freuen und keine Angst davor haben, sie umzusetzen! Diese mächtige Detox-Entgiftung wird Sie zu Ihrem neuen Spiegelbild führen. Sie ist die einzige Entgiftung und Diät, die nicht Ihr Feind, sondern Ihr bester Freund ist.

Sie werden lernen, wie Sie Ihr erreichtes ideales Körpergewicht für immer erhalten, wie Sie Fett verbrennen und fettfreie Körpermasse erhalten können.

Im **Red Tea Detox Rezept** zeigen wir Ihnen das beste **Red Tea Rezept**, das Ihren Heißhunger hemmt und die Fettverbrennung unterstützt.

In Kombination mit der Anleitung „Wie Sie noch schneller Fett verbrennen“ und „So bleiben Sie für immer schlank“ verbrennen Sie eine unglaubliche Menge Körperfett.

Die 4 Bonus-Anleitungen runden das **Red Tea Detox Programm** perfekt ab. Sie halten die schnellste Methode in den Händen, um in Windeseile einen flachen Bauch zu bekommen.

Was haben Sie zu verlieren außer Fett?





STARTEN SIE DAS RED-TEA-DETOX-PROGRAMM

DIESER ROTE TEE STOPPT NACHWEISLICH  
HEIßHUNGER UND HILFT IHNEN  
**1 KILOGRAMM** PURES FETT ALLE  
**72 STUNDEN**  
ZU VERLIEREN!



*Klicken Sie auf „Jetzt downloaden“*

SICHERN SIE SICH DAS KOMPLETTE  
RED-TEA-DETOX-PROGRAMM FÜR

**37€**



**JETZT DOWNLOADEN**



BESTELLUNG WELTWEIT MÖGLICH  
60 TAGE GELD-ZURÜCK-GARANTIE