

Leitfaden für Nahrungsergänzungen



dōTERRA™



Inhalt

| | |
|--|----|
| Bestimmen Sie Ihren Kurs | 6 |
| Ihre Nahrungsergänzungslösungen: Das Quiz | 7 |
| Ernährung & Verdauung | 8 |
| dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ (LLV) | 10 |
| dōTERRA™ Pflanzenprotein™ | 14 |
| PB Assist+™ & PB Restore™ | 16 |
| Terrazyme™ | 19 |
| ZenGest™ | 20 |
| CP+ Softgels | 21 |
| Bringen Sie Ihren Lebensstil in die Balance | 22 |
| Bewegung & Stoffwechsel | 24 |
| Deep Blue Polyphenol Complex™ | 26 |
| Kurkuma Doppelkammerkapseln | 28 |
| MetaPWR™ System | 30 |
| Unterstützen Sie jeden Schritt | 36 |
| Erholung & Stressmanagement | 38 |
| dōTERRA Serenity™ Softgels | 40 |
| Erholen Sie sich so, wie Sie es verdienen | 44 |
| Toxische Belastung reduzieren | 46 |
| DDR Prime™ Softgels | 48 |
| TriEase™ Softgels | 49 |
| On Guard™+ Softgels | 50 |
| Zendocrine™ Softgels | 51 |
| Zendocrine™ Complex | 52 |
| Ein Gleichgewicht herstellen: Gesundheit und Harmonie | 54 |
| Ein Kit für einen Nahrungsergänzungsboost | 56 |
| Wellnessziele | 58 |
| Nährwertangaben | 63 |



Spotlight: Supplements

Scannen Sie den QR-Code und erhalten Sie Zugang zu den Frage- & Antworten-Videos mit dem Expertenrat von Dr. Riggs und Ludo Bolcato, unserer Product Education Managerin.



„Sie können eine schlechte Ernährung nicht mit Nahrungsergänzungen wettmachen!“

- Dr Brannick Riggs, Vice President of Essential Oil Education

Der menschliche Körper ist eine sehr komplizierte Maschine und wir fangen gerade erst an, seine Komplexität zu verstehen. Obwohl es noch einiges zu lernen gibt, wissen wir, dass die Ernährung eine wichtige Rolle für unsere Gesundheit spielt, und dass das Einnehmen von Nahrungsergänzungen unser tägliches Leben unterstützen kann.

Unsere Zellen benötigen Cofaktoren oder Mikronährstoffe, um optimal zu funktionieren. Vor vielen Jahren hat unsere Nahrung all diese Anforderungen erfüllt. In den letzten paar Jahrzehnten wurde unsere Nahrung immer nährstoffärmer und dabei gleichzeitig kalorienreicher, was bedeutet, dass wir in unserer heutigen Ernährung Nahrungsergänzungen benötigen.

Was wir wissen, ist Folgendes: Je besser unser Mikrobiom, desto besser ist unsere Verdauung. Das Mikrobiom wird nun als „stilles endokrines Organ“ angesehen, das aus Bakterien, Viren und Pilzen besteht. Diese Gruppe lebender Organismen produziert Neurotransmitter, Hormone und andere Moleküle, die unser Körper nicht selbst herstellen kann.

Und letztlich verstehen wir auch, wie wichtig unser Lebensstil ist. Vor allem brauchen wir tägliche Bewegung, ausreichend Schlaf, ein gutes Stressmanagement und eine geringe Toxinbelastung.

- Wussten Sie, dass unser Körper zu ca. 50 % aus Muskeln besteht? Unsere Muskeln funktionieren ganz nach dem Prinzip „Wer rastet, der rostet“. Wir müssen sie also trainieren, damit sie gesund und stark bleiben.
- Schlaf ist die ultimative Erholungshilfe! 7 bis 9 Stunden Schlaf stellen das System und unser Hormonlevel wieder her.
- Stress kann unsere Nebennieren schädigen und unsere Zellen permanent mit Steroiden vollpumpen – wir müssen also unser Stresslevel unter Kontrolle halten.
- Die Menge an Toxinen in der heutigen Welt nimmt mit alarmierender Geschwindigkeit zu. Wir sollten die Belastung identifizieren und so gut wir können beseitigen.

Als Arzt sehe ich die Auswirkungen auf Menschen, die sich dieser Faktoren nicht bewusst sind, oder für die sie einfach nicht wichtig sind. Egal, wo Sie in Ihrem Leben stehen; finden Sie jetzt die Zeit, Ihren Körper ernst zu nehmen und vertrauen Sie mir, wenn ich Ihnen sage, dass es viel einfacher ist, auf Ihren Körper zu achten, als ihn zu reparieren. Beachten Sie diesen Leitfaden, finden Sie für sich selbst heraus, was Sie benötigen und setzen Sie sich Ziele, um Ihr Wohlbefinden zu verbessern.

Herzliche Grüße



Brannick B. Riggs, MD

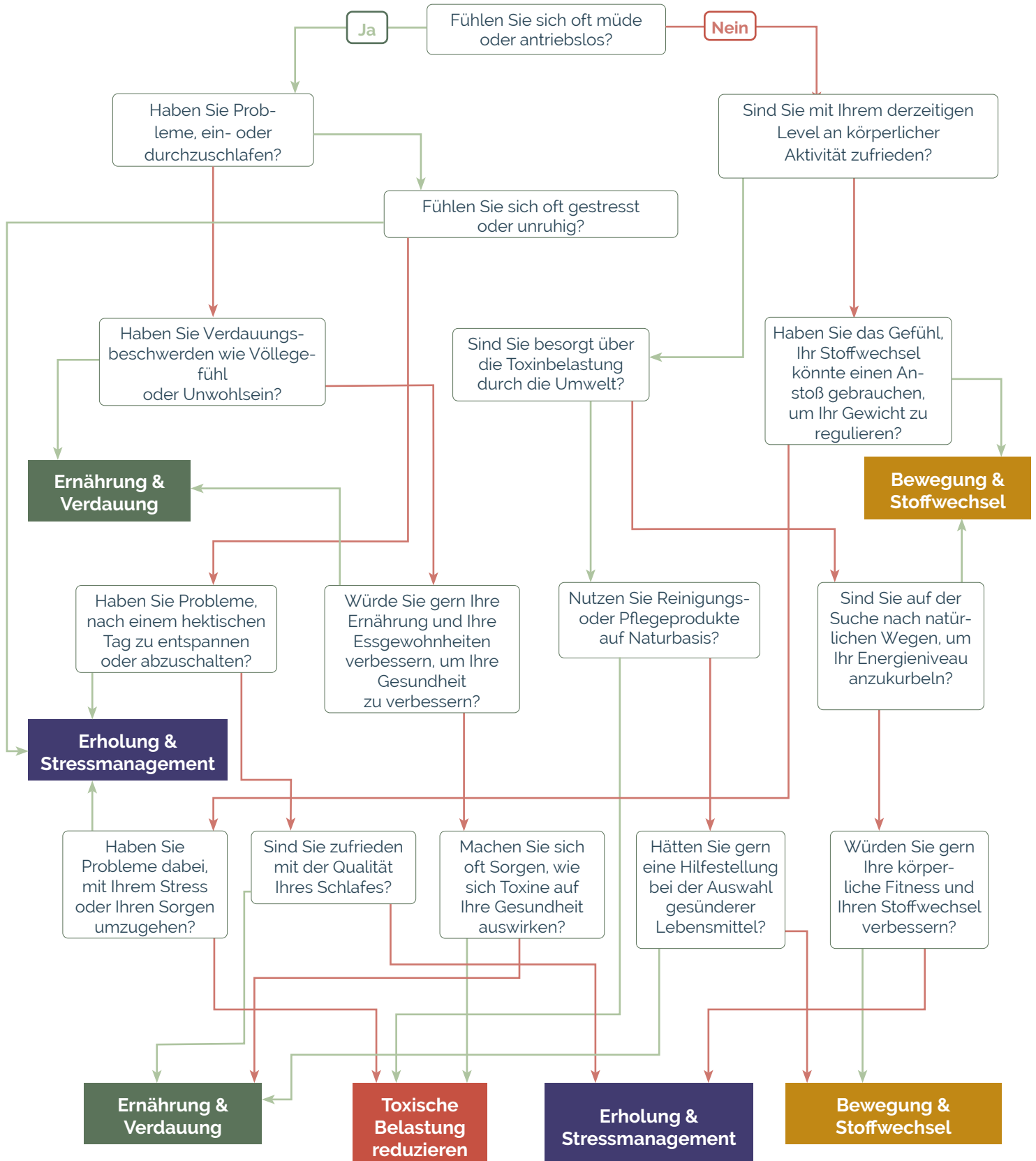
Bestimmen Sie Ihren Kurs

Das Wellness-Chart stellt die perfekte Balance zwischen Lifestyle und Gesundheitsversorgung dar. Wir fokussieren uns auf Produkte, die Ihren Lebensstil ganzheitlich abdecken, was es Ihnen ermöglicht, eine proaktive Grundlage zu entwickeln, statt einer reaktiven. Unser Ziel? Sie mithilfe dieses Guides bei der Auswahl der für Ihre Bedürfnisse zugeschnittenen Nahrungsergänzungen zu unterstützen und so eine verbesserte informierte Selbstfürsorge zu fördern. Wenn Sie durch die einzelnen Kapitel blättern, erfahren Sie, wie sich verschiedene Nahrungsergänzungen an die verschiedenen Ebenen des Wellness-Chart anpassen und sich hin und wieder überschneiden. Je mehr Sie über die einzelnen Produkte lernen, desto selbstsicherer werden Sie bei der Anwendung und darin, Ihre Wellnessziele mit dem klugen Einsatz von Nahrungsergänzungen zu erreichen.



Ihre Nahrungsergänzungslösungen: Das Quiz

FINDEN SIE DIE RICHTIGE NAHRUNGSERGÄNZUNG, UM IHR LEBEN IN DIE RICHTIGE RICHTUNG ZU STEUERN!



Ernährung & Verdauung

Bei Ernährung geht es einzig und allein darum, wie Sie die guten Dinge aus Ihren Mahlzeiten aufnehmen und effektiv nutzen. Ihr Körper braucht Nährstoffe in Form von Vitaminen, Mineralstoffen, Kohlenhydraten, Proteinen und Fetten, um Ihnen dabei zu helfen, zu wachsen, fit zu bleiben und Sie durch den Tag zu bringen! Nahrungsergänzungen sind die Helferlein, die Sie brauchen, um die Nährstoffziele zu erreichen, die Ihre Ernährung nicht erfüllt.



dōTERRA
PB Assist+™

dōTERRA
PB Assist+™

FÜR TÄGLICHES WOHLBEFINDEN:

dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ (LLV)

Fokus: Gesundheit & Integrität | Wohlbefinden auf molekularer Ebene | Langlebigkeit | Altern

Jeden Tag besser aussehen, sich besser fühlen und besser leben. Spezielle Inhaltsstoffe werden mit sorgfältig zusammengestellten Formeln kombiniert, um einzigartige Produkte zu kreieren, die darauf spezialisiert sind, als Teil des dōTERRA Lifelong Vitality Programms Ihre Vitalität zu unterstützen.



Mehr Vorzüge

Kaufen Sie LLV über Ihre Treuebestellung (LRP) und fügen Sie bis zu drei Nahrungsergänzungen* für gezielte Unterstützung zu erheblichen Rabatten hinzu.

Klicken Sie [hier](#), um mehr zu erfahren.

* Kann variieren. Sehen Sie sich vor Ihrer Bestellung die aktuell verfügbaren Nahrungsergänzungsoptionen an.



Wichtige nährstoffreiche Bestandteile

Vorbeugende, proaktive und leistungsstarke Bestandteile in hoher Konzentration, die Sie von innen heraus unterstützen, machen den Unterschied.

Alpha CRS™ +

Alpha CRS™+ ist eine spezielle Formel, die grundlegende innere Prozesse unterstützt und so die Vitalität und Langlebigkeit Ihres Systems fördert.

Hergestellt mit standardisierten pflanzlichen Extrakten und einer wirksamen Dosis leistungsstarker Polyphenole.

Enthält Carnitin, Alpha-Liponsäure, Coenzym Q10 und Quercetin.

Enthält Extrakte aus Weihrauchharz, Grünteeblättern und Kurkumawurzel.

Wichtige Inhaltsstoffe

Baikal-Helmkraut-Pulverextrakt (Scutellaria baicalensis)

Fungiert als natürlich auftretendes Antioxidans.*

Grünteeblattextrakt (Camellia sinensis)

Trägt zur Erhaltung der Herzgesundheit bei/ trägt dazu bei, das Bewusstsein für Herz und Kreislauf zu fördern.

Traubenkernextrakt (Vitis vinifera)

Die in Traubenkernen enthaltenen Proanthocyanidine haben nachweislich antioxidative Qualitäten.*

*Diese gesundheitsbezogenen Angaben werden noch von der EU und der EFSA geprüft.



Essentielle Fettsäuren

Auch bekannt als „Omega“-Fettsäuren, sind sie wichtige Fette für unseren Körper. Wir können sie nicht selbst herstellen, also müssen wir uns auf unser Essen oder unsere Nahrungsergänzungen verlassen. Die optimale Menge an Omega-3 aufzunehmen, ist schwierig. Deshalb haben wir xEO Mega™ entwickelt.

xEO Mega™

xEO Mega™ ist eine innovative Mischung aus ätherischen Ölen, marinen Omega-Fettsäuren und Carotenoiden, die wichtige Omega-Fettsäuren liefert, die für den Körper lebensnotwendig sind, er aber selbst nicht herstellen kann.

Enthält EPA und DHA, die zu einer normalen Herzfunktion beitragen.

Lebenswichtige Nährstoffe bieten gezielte Unterstützung, um Gelenk- und Hautgesundheit zu fördern.

Enthält die ätherischen Öle Clove (Gewürznelke), Frankincense (Weihrauch), Thyme (Thymian), Kreuzkümmel, Wild Orange (Wildorange), Peppermint (Pfefferminz), Ginger (Ingwer), Caraway (Kümmel) und Deutsche Kamille.

Wichtige Inhaltsstoffe

OMEGA 3 (DHA und EPA)

DHA tragen zum Erhalt einer normalen Gehirnfunktion bei.*
EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei.*

Vitamin D

Der Körper braucht Vitamin D für ein normales Wachstum und die Entwicklung der Knochen bei Kindern.*
Vitamin D trägt zum Erhalt einer normalen Muskelfunktion bei.*

Vitamin A

Vitamin A trägt zu einem normalen Eisenstoffwechsel bei.*
Vitamin A trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei.*

**Diese gesundheitsbezogenen Angaben werden noch von der EU und der EFSA geprüft.*



Bedenken wegen stark verarbeiteter Lebensmittel?

Die tägliche Aufnahme von Nahrungsergänzungen erleichtert es Ihnen, Ihre Nährstoffziele zu erreichen. Setzen Sie auf eine ausgewogene Ernährung und vermeiden Sie zu viele verarbeitete Lebensmittel oder Junk-Food.

Microplex VMz™

Microplex VMz™ bietet eine zentrale Lösung für die Bioverfügbarkeit, indem es Ihrem Körper dabei hilft, Nährstoffe aus der Nahrung einfacher zu erkennen und aufzunehmen.

⌋ Eine vollwertige pflanzliche Mischung aus Grünkohl, Löwenzahn, Petersilie, Seetang, Brokkoli, Rosenkohl, Kohl und Spinat.

⌋ Es bietet eine ausgeglichene Mischung aus den Vitaminen A, C und E sowie einem Komplex aus B-Vitaminen.

⌋ Ebenso enthält es chelatierte Mineralien wie Calcium, Magnesium und Zink.

Wichtige Inhaltsstoffe

Vitamin A (Retinol)

Vitamin A trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei.*

Vitamin E

(Tocopherole, Tocotrienole)

Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.*

Vitamin C (Ascorbinsäure)

Vitamin C trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.*

Vitamin B5

(Pantothensäure)

Pantothensäure trägt zu einer normalen Synthese und zu einem normalen Stoffwechsel von Steroidhormonen, Vitamin D und einigen Neurotransmittern bei.*

Magnesium (Mg)

Magnesium spielt eine Rolle bei der Zellteilung.*

Kupfer (Cu)

Kupfer trägt zum Erhalt eines normalen Bindegewebes bei.*

*Diese gesundheitsbezogenen Angaben werden noch von der EU und der EFSA geprüft.

dōTERRA™ Pflanzenprotein™

Fokus: Muskeln | Wachstum | Entwicklung | Reparatur | Hormone | Enzyme



Proteine bestehen aus Aminosäuren. Sie sind die chemischen Bausteine, aus denen Ihr Körper besteht. Sie reparieren und bauen Muskeln und Knochen auf und produzieren Hormone und Enzyme. Proteine sind nicht nur im Fleisch zu finden – es gibt viele andere Proteinquellen, darunter auch Gemüse. dōTERRA™ Pflanzenprotein ist komplett pflanzenbasiert aus einer Reihe der nährstoffreichsten Gemüsesorten.

Fakten zum Pflanzenprotein

- Erbsenprotein liefert einen hohen Proteingehalt, der durch die besten pflanzlichen Quellen ergänzt wird: Kartoffeln, Kichererbsen und Reis.
- Neun essentielle Aminosäuren (EAA) und drei verzweigt-kettige Aminosäuren (BCAA).
- Akazienfasern und gesunde Fette zaubern eine herrlich weiche Konsistenz.
- 16 Portionen in einer 512-g-Packung; Verpackungen bestehen aus 60 % weniger Plastik als Becher.
- Eine Portion = 22-24 g der Premium-Pflanzenproteinmischung.
- Natürlich gesüßt mit Stevia.
- Ohne genetisch veränderte Organismen (GVO), Milchprodukte und Soja.



Geschmack in jedem Schluck!

Muskelzauber: Protein hilft Ihnen, starke Muskeln aufzubauen – es ist der Baustein für Muskelwachstum!

Glückshormone: Proteine sind die geheime Zutat zur Bildung von Hormonen, die dafür sorgen, dass Sie sich gut fühlen.

Energiewunder: Wenn Ihr Körper Energie benötigt, liefern Proteine einen nährreichen Energieschub.

Bereit zum Reparieren: Proteine reparieren Muskeln und Gewebe wie ein Profi.

Zufriedenstellende Zwischenmahlzeit: Fühlen Sie sich länger satt mit essentiellen Nährstoffen aus wichtigen Proteinquellen.

Gesundes Wachstum: Proteine fördern Wachstum und Entwicklung und machen aus Ihnen die beste Version Ihrer Selbst!

Protein-Checkliste

Hier erfahren Sie einige Dinge, die Sie vor, während und nach der Proteinaufnahme beachten sollten...

- Die Aufnahme von Proteinen nach einer Trainingseinheit hilft bei der Regenerierung.
- Verteilen Sie die Proteinaufnahme über den Tag und über Mahlzeiten. Ihr Körper kann Protein nur in Maßen aufnehmen.
- Genießen Sie Proteinquellen, die zu Ihrer Ernährung passen.
- Unterstützen Sie Ihre Ernährung mit zusätzlichen Proteinquellen wie Linsen, Quinoa und Chiasamen. Jedes davon liefert ein weites Spektrum an Nährstoffen und Vorzügen.
- Je mehr Protein Sie zu sich nehmen, desto mehr Wasser brauchen Sie, um Ihrem Körper dabei zu helfen, den in Proteinen enthaltenen Stickstoff zu verarbeiten.
- Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung oder eine gesunde Lebensweise.
- Übertreiben Sie es nicht. Gleichen Sie Ihre Proteinaufnahme mit anderen Makronährstoffen (Kohlenhydraten und Fetten) aus.
- Kochen kann den Proteingehalt beeinflussen. Setzen Sie auf schonende Methoden, wie Dampfgaren oder Grillen.

PB Assist+™ & PB Restore™

Fokus: Verdauung | Mikrobiom | Enzyme

Bei der Verdauung wird Nahrung in Energie umgewandelt, sodass Ihr Körper funktionsfähig bleibt. Vom ersten Bissen an arbeitet Ihr Körper mit Enzymen und Säuren, sodass er die Nährstoffe aufnehmen und nutzen kann. Hinter den Kulissen brauchen Sie vielleicht einen kleinen Extraschub aus Nahrungsergänzungen, um sicherzustellen, dass alles einwandfrei funktioniert.

Ihr Mikrobiom ist wichtig

Das Mikrobiom besteht aus allen Mikroben, wie Bakterien, Pilzen und Viren, die in oder auf unserem Körper leben.

Mehr als Ihr Darm

Das Mikrobiom ist nicht nur in Ihrem Darm; es ist überall – Haut, Mund, Augen, Ohren, Nase, Lungen, Nieren, Harnwege und Fortpflanzungssysteme.

Warum ist das wichtig?

Ein vielfältiges Mikrobiom bedeutet gute Gesundheit. Selbst Mikroben brauchen Unterstützung und hier helfen Nahrungsergänzungen fürs Mikrobiom.





PB Assist+™

- Eine familienfreundliche Probiotikmischung mit Präbiotika, die 13 andere Bakterienstämme als PB Restore™ enthält.
- Liefert zum Zeitpunkt der Anwendung 7 Milliarden AFUs (aktiv fluoreszierende Einheiten), die Lebkulturen repräsentieren.
- Mikroverkapselte probiotische Stämme gelangen in Ihren Darm für eine effiziente Versorgung.
- Mit Erdbeer-Wassermelone-Geschmack, perfekt für Jung und Alt.
- Enthält präbiotisches FOS Inulin.

Hauptvorteile

AFU: Aktiv fluoreszierende Einheiten

Eine Methode, um die Aktivität oder Konzentration eines Stoffes zu messen.

CFU: Koloniebildende Einheiten

Die Anzahl lebensfähiger Mikroorganismen (wie Bakterien oder Pilzen), die unter bestimmten Wachstumsbedingungen Kolonien bilden können, und somit ihre Vermehrungs- und Überlebensfähigkeiten zeigen.

FOS: Fructo-Oligosaccharide

Ein Kohlenhydrat, das aus kurzketigen Fruktosemolekülen besteht. Sie fördern das Wachstum und die Aktivität von Nutzbakterien im Darm.








Nicht alle Nahrungsergänzungen sind gleich!

Wählen Sie probiotische Nahrungsergänzungen mit natürlichem Ursprung, wie unsere PB Produkte, die für optimale Qualität aus menschlichen Kulturen stammen, also aus Stämmen von Nutzbakterien, die im menschlichen Körper zu finden sind.

Probiotika sollen sicherstellen, dass aktive Lebkulturen vorhanden sind und dass Stämme nicht nur zum Zeitpunkt der Herstellung, sondern auch zum Zeitpunkt der Einnahme lebensfähig sind.

Der Name auf dem Label einer Probiotik-Nahrungsergänzung bezieht sich auf die Bakterienspezies und die Nummer auf den speziellen Stamm innerhalb dieser Spezies.

PB Restore™

-  Einzigartige Kombination aus 30 Prä-, Pro und Postbiotika.
-  Enthält 28 andere probiotische Stämme als PB Assist+™.
-  Präbiotische FOS unterstützen gezielt das Wachstum von Nutzbakterien.
-  Liefert CFU aus Probiotika mit 28 aktiven Kulturen aus 20 Spezies für ein außergewöhnlich vielfältiges Mikrobiom.
-  Die einzigartigen doppelschichtigen Kapseln schützen bioaktive Kulturen vor der Magensäure und stellen sicher, dass sie ihre aktive Wirkung entfalten können.

Hauptvorteile

Präbiotika

(Lösliche Ballaststoffe)

Präbiotika sind Ballaststoffe, die das Wachstum von nützlichen Mikroorganismen fördern. Sie sind Nahrung für Probiotika und helfen ihnen, sich zu vermehren.

Probiotika

(Mikroben)

Probiotika sind lebende, gesunde Mikroorganismen, die das Gleichgewicht des Darmmikrobioms positiv beeinflussen können.

Postbiotika

(Metaboliten)

Postbiotika sind gesunde Nebenprodukte von Probiotika, wie kurzkettige Fettsäuren, Peptide, Enzyme und mehr.





Terrazyme™

Fokus: Enzyme | Verdauung | Unterstützung für den Magen | Verarbeitung von Lebensmitteln

Warum TerraZyme™?

Eine der vielen Funktionen von Enzymen ist ihre Fähigkeit, den Körper bei der Verdauung von Proteinen, Fetten, komplexen Kohlenhydraten, Zucker und Ballaststoffen zu unterstützen. Mit TerraZyme™ erhalten Sie eine sorgfältig erforschte Zusammensetzung aus Enzymen und Pflanzenextrakten für eine proaktive Unterstützung. Erfahren Sie hier mehr über die Eigenschaften Pfefferminz- und Kümmelextrakt.

Pfefferminz (Mentha piperita)

-  Wird zur Erleichterung der Verdauung verwendet.*
-  Fördert die Produktion der Verdauungssäfte.*
-  Trägt zur Unterstützung einer normalen Leberfunktion bei.*
-  Unterstützt die Leber- und Gallenfunktion.*

Kümmel (Carum carvi)

Hilft, die Verdauung zu unterstützen.*

*Diese gesundheitsbezogenen Angaben werden noch von der EU und der EFSA geprüft.



ZenGest™

Fokus: Verdauung | Unterstützung für den Magen | Unwohlsein

Warum ZenGest™?

Jedes Produkt in der ZenGest™-Reihe wurde dazu entwickelt, mithilfe einer kraftvollen Kombination aus Ginger (Ingwer), Peppermint (Pfefferminz), Caraway (Kümmel), Anis, Coriander (Koriander), Estragon und Fennel (Fenchel) bei bestimmten Beschwerden zu helfen.

Viele Formate, viele Anwendungsmöglichkeiten

Nehmen Sie 1-2 Tropfen ZenGest™ mit Wasser; hilft bei der Linderung von Magenbeschwerden.
ZenGest™ Touch

ZenGest™ Softgels
Einfache, praktische und schnell wirkende Softgels, um die Vorzüge der ZenGest™ Unterstützenden Mischung zu genießen.
ZenGest DigestTab™

Neutralisierende Eigenschaften für das Innere, Kautabletten für schnelle Linderung.
15 ml ZenGest™

Nutzen Sie es auf Reisen oder beim Fliegen für eine beruhigende Bauchmassage.



Erhalten Sie [hier](#) weitere Details zur ZenGest-Familie!

CP+ Softgels

Fokus: Inneres System | Internes Netzwerk | Komfort



Warum CP+ Softgels?

CP+ Softgels liefern Beta-Caryophyllen sowie das ätherische Öl Copaiba (Kopaiva), das Vorzüge für das innere System bietet, in einem praktischen und leicht schluckbaren Softgel.

Die beliebteste Anwendung?

Erschaffen Sie ein Gefühl der Ruhe und lassen Sie ganz einfach die Spannungen des Alltags los für ein entspannteres Selbst.

Bringen Sie Ihren Lebensstil in die Balance



Brannick Riggs

VP of Essential Oil Education,
Chairman of Scientific and Medical
Education Committee

Als Arzt mit mehreren Jahrzehnten an Erfahrung, habe ich gelernt, dass die Gesundheit nicht das Ziel ist. Sie ist eine Reise. Unsere Gesundheit verändert sich im Laufe unseres Lebens und wir können vieles dabei lernen. Was bedeutet eine Veränderung in unserem Körper? Oder eher, was will Ihr Körper Ihnen damit sagen? Diese Veränderungen zeigen, dass unsere speziellen Bedürfnisse uns über unseren derzeitigen Gesundheitszustand aufklären können. Wenn Sie gern Ihre Gesundheit besser verstehen oder erhalten möchten, dann sind Nahrungsergänzungen vielleicht genau das Richtige für Sie.


Die moderne Ernährung hat sich drastisch verändert. In der Vergangenheit mussten wir nach Nahrung suchen. Diese Nahrung war reich an Phytonährstoffen, um unseren Körper mit den wichtigen Nährstoffen zu versorgen, die unsere Zellen zum Überleben brauchten. Diese Phytonährstoffe waren jedoch ungenießbar. Deshalb wurden also Veränderungen vorgenommen.

Zunächst lernten wir mithilfe der Landwirtschaft Techniken, um Lebensmittel besser schmecken und größer wachsen zu lassen. In diesem Prozess wurden die Nährstoffe immer weniger. Heute ist der Verzehr von biologischem, gentechnik-freiem Obst und Gemüse weniger wertvoll, da die Nährstoffe in erschreckendem Maße abgenommen haben. Die Daten zeigen, dass unser Körper mehr Nährstoffe braucht.

Des Weiteren lernten wir, Lebensmittel zu verarbeiten, indem wir Elemente, die keinen guten Geschmack brachten, entfernten. Mehl zum Beispiel stammt aus Weizen, einem braunen Getreide. Durch das Mahlen von Weizen entsteht ein braunes Pulver mit Fasern. Doch um den Geschmack zu verbessern, entfernt die Lebensmittelindustrie diese Fasern und filtert Kleie und Weizenkeime heraus, sodass dann weißes Mehl entsteht. Diese „Verarbeitung“ kommt bei vielen Lebensmitteln zum Einsatz, wodurch der Nährstoffgehalt verändert wird.

Beinahe 70 % der Menschen in Europa haben einen Mangel an Eisen, Vitamin D, Zink und Iod. Diese Stoffe sind essentiell, um Sauerstoff zu den Zellen zu transportieren, das Immunsystem zu unterstützen und eine optimale Funktion des endokrinen Systems sicherzustellen. Über 10 % der europäischen Bevölkerung leidet unter einem Vitamin-B12-Mangel, was zu Erschöpfung aufgrund einer ineffizienten Energieumwandlung führt. Zwischen 17 und 22 % der Erwachsenen haben einen Vitamin-B9-Mangel, was die kognitive Funktion beeinflusst und das Risiko von Geburtsfehlern erhöht. Zusätzlich weisen 43 bis 51 % der Kinder im Schulalter einen Mangel an Iod auf, das für die Schilddrüsenfunktion, die Entwicklung des Gehirns und der Knochen und für die allgemeine Stoffwechselregulierung wichtig ist. Diese Defizite sind ein Grund zur Besorgnis.

Aber eine gute Ernährung kann helfen. Der Verzehr von frischen, nährreichen und vollwertigen Lebensmitteln bildet die Grundlage für einen gesunden Lebensstil. Ein guter Freund von mir sagte neulich: „Man kann eine schlechte Ernährung nicht mit Nahrungsergänzungen wettmachen“. Es ist also wichtig, zu jeder Mahlzeit nährstoffreiche Lebensmittel zu verzehren. Dann kann der richtige Einsatz von Nahrungsergänzungen die wichtigen Cofaktoren unterstützen, die in der modernen Ernährung fehlen, aber wichtig für unsere Zellgesundheit sind. Diese Cofaktoren beinhalten Vitamine, Mineralstoffe und Polyphenole. Sie unterstützen die Gesundheit unserer Zellen, was zu gesunden Organen führt, was wiederum die Gesundheit in unserem gesamten System fördert und somit unser allgemeines Wohlbefinden.



Neben tollen Nahrungsergänzungen für Vitamine, Mineralstoffe und Omega-Fettsäuren, brauchen wir vielleicht auch dem Alter entsprechende Nahrungsergänzungen. Um Ihren Stoffwechsel zu verbessern, nutzen Sie die MetaPWR™ Produkte. Für körperliche Aktivitäten können Sie Kurkuma Doppelkammerkapseln und Deep Blue™ Polyphenol Complex zusammen mit weiteren Deep Blue™ Produkten nutzen. Das dōTERRA Serenity™ Schlafsystem ist der ideale Begleiter für alle Lebensphasen, der uns dabei hilft, ausreichend erholsamen Schlaf zu bekommen.

Unser Körper ist ein wahres Wunderwerk. Ich bin immer wieder erstaunt, wie unser Körper uns versorgt und wie er auf die Umwelt, die wir ihm bieten, reagiert. Wenn Sie sich auf Ihrem Weg zu einer verbesserten Gesundheit ein wenig verloren fühlen, geben Sie nicht auf. Sie schaffen das! Fangen Sie jetzt an. Machen Sie heute kleine Schritte, um Ihre Gesundheit zu verbessern. Seit vielen Jahren bereitet es mir Freude, wie Menschen mit der Kraft des menschlichen Willens es schaffen, ihr Leben zu verändern. Sie sind kein bisschen anders und Sie können auch die Zügel in die Hand nehmen, wie sich Ihr Leben entwickelt.

Bewegung & Stoffwechsel

Bewegung ist der natürliche Tanz des Lebens und die Natur ist unsere Bühne. Unser Stoffwechsel ist der Direktor, der angibt, wie Nahrung für Bewegung, Wachstum, Fortpflanzung und alltägliche Funktionen in Energie umgewandelt wird. Warum also Nahrungsergänzungen? Mithilfe von Nahrungsergänzungen wird jeder Schritt, den wir machen, flüssiger, flexibler und funktionsfähiger.



Deep Blue Polyphenol Complex™

Fokus: Beruhigung | Bewegung | Gelenke | Schmerzen | Muskeln

Warum Deep Blue Polyphenol Complex™?

Erholung hat viele Formen. Wenn Sie Topleistungen erbringen müssen, gibt es nichts Besseres als Erholung, damit sich Ihr Körper regenerieren kann. Manchmal brauchen Gelenke und Muskeln Linderung. Wählen Sie Deep Blue Polyphenol Complex™.

Wie hilft es?

Deep Blue Polyphenol Complex™ vereint Polyphenolextrakte aus Frankincense (Weihrauch), Turmeric (Kurkuma), Apfel, Ginger (Ingwer), Granatapfel und Traubenkernen. Es wurde entwickelt, um schmerzende Muskeln und andere gelegentliche Beschwerden zu lindern. Nehmen Sie es den Anweisungen entsprechend ein für eine langanhaltende Wirkung.

Als Teil der revolutionären Deep Blue™ Reihe sind diese Superhelden für Erholung die perfekte Unterstützung für Ihren Körper...





Für wen ist Deep Blue geeignet?

Sportler/-innen | Fitness-enthusiasten | Ältere | Aktive Berufssportler/-innen

Die beste Unterstützung

Die Deep Blue™-Reihe ist ein Synonym für beruhigende Linderung. Entdecken Sie in diesem Kapitel die komplette Reihe.

5 ml Deep Blue™

Nutzen Sie es bei einer Massage, um Gelenke zu beruhigen und Muskeln zu kühlen.



Deep Blue™ Stick

Bietet starke und gezielte Linderung in einem schnell wirkenden Feststoff, der mit seinem kühlenden Effekt tief eindringt.



Deep Blue Rub™

Eine starke und schnell wirkende Creme zur äußeren Anwendung für Linderung, Beruhigung und Komfort.



Kurkuma Doppelkammerkapseln

Fokus: Gelenke | Durchblutung | Muskeln | Haut | Verdauung





2 Tropfen ätherisches Kurkumaöl

in jeder Kapsel. Kurkumaextrakt wird als eine der besten Nahrungs-ergänzungen überhaupt angesehen

Warum Kurkuma Doppelkammerkapseln?

Kurkumaextrakt und ätherisches Kurkumaöl werden gleichzeitig in einer speziell hergestellten Doppelkammerkapsel eingenommen und liefern bioaktive Pflanzenbestandteile mit einer einzigartig leistungsstarken Kombination aus Tumeronen und Curcuminoiden.

Wie hilft es?

Curcuminoide sind bekannt für ihre antioxidativen Eigenschaften und ihre Fähigkeit, eine gesunde Entzündungsreaktion im Körper zu unterstützen. Tumerone sind für ihre Neuroprotektion bekannt.

Kurkumawurzelextrakt und Curcuminoid

- Enthält natürlich vorkommende Antioxidantien.*
- Unterstützt die Produktion und die Qualität des Blutes.*
- Trägt zur normalen Funktion des Darmtraktes bei.*
- Hilft bei der Aufrechterhaltung der Gelenk- und Knochengesundheit.*
- Unterstützt die Herzfunktion.*
- Trägt zu einer normalen Gallenabsonderung bei.*
- Trägt zu einer gesunden Haut bei.*
- Unterstützt die Durchblutung.*
- Hilft, die Verdauung zu unterstützen.*
- Trägt zum Erhalt der Wirksamkeit des Immunsystems bei.*

*Diese gesundheitsbezogenen Angaben werden noch von der EU und der EFSA geprüft.

WOHLBEFINDEN NEU DEFINIEREN

MetaPWR™ System

Fokus: Altern | Kollagen | Stoffwechsel | Energie | Flüssigkeitszufuhr

Das MetaPWR™ System ist eine bahnbrechende, wissenschaftlich hergestellte Produktreihe mit den besten natürlichen Inhaltsstoffen, um das körperliche Wohlbefinden zu verbessern wie nie zuvor. Jedes Produkt bietet einzigartige Vorzüge und verbessert zudem die Effekte des ganzen Systems.





So fing alles an

Die MetaPWR™ Ölmischung ist die Grundlage des MetaPWR™ Systems. Die Mischung wurde von klinischen und medizinischen Fachleuten von doTERRA entwickelt. Sie wurde mit spezifisch ausgewogenen Mengen der ätherischen Öle Grapefruit, Lemon (Zitrone), Peppermint (Pfefferminze), Ginger (Ingwer) und Cinnamon (Zimt) formuliert.

MetaPWR™ Softgels

Bietet den idealen Kraftschub vor und während intensiven Workouts.

15 ml MetaPWR™

Geben Sie es in ein Glas Wasser oder einen Smoothie als Ergänzung einer bewussten Ernährung.

MetaPWR™ Kügelchen




Nehmen Sie bei Heißhungerattacken ein Kügelchen, um Ihre Geschmacksknospen zu beruhigen.





MetaPWR™ Advantage

Wenn wir älter werden, produziert unser Körper immer weniger wichtige Moleküle wie NAD+ und Kollagen. Hier kommt MetaPWR Advantage™ ins Spiel.

-  Es ist eine leckere pulverförmige Nahrungsergänzung mit neun verschiedenen Arten Marine-Kollagen und NMN, das zur Steigerung des NAD+-Spiegels beiträgt.
-  Kollagen kann das Erscheinungsbild der Haut verbessern, indem es die Dichte fördert, die Elastizität erhöht und die Feuchtigkeitsversorgung verbessert.
-  Ohne genetisch veränderte Organismen (GVO), Milchprodukte, Soja, Gluten, Konservierungsstoffe, künstliche Süßstoffe oder Aromen.

Wichtige Inhaltsstoffe

Im Zusammenhang mit dem Inhaltsstoff Traubenkernextrakt (Vitis vinifera):

- Unterstützt den Stoffwechsel hilft bei der Erhaltung der Herzgesundheit/trägt zu einer positiven Wirkung auf den Blutdruck bei.*
- Enthält natürlich vorkommende Antioxidantien zum Schutz der Zellen / hilft, die Zellen vor Schäden durch freie Radikale zu schützen.
- Antioxidantien tragen zur gesamten antioxidativen Kapazität des Körpers bei und können zur Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte beitragen.*
- Es ist klinisch und wissenschaftlich erwiesen, dass es Zellen und Gewebe vor oxidativen Schäden durch freie Radikale schützt.*

In Bezug auf den Inhaltsstoff L-Ascorbinsäure:

- Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass es zum Schutz der Haut vor vorzeitiger Alterung beiträgt, indem es Erytheme und Stress durch schädliche freie Radikale reduziert.*
- Hilft, den allgemeinen Alterungsprozess zu verbessern.*
- Schutz der Haut vor Umwelteinflüssen*.
- Zur Erhaltung der Gesundheit von Herz und Kreislauf*.

**Diese gesundheitsbezogenen Angaben werden noch von der EU und der EFSA geprüft.*



Wussten Sie schon?

Unser Körper verwandelt Kohlenhydrate in Zucker, wodurch der Blutzuckerspiegel steigt. Die Bauchspeicheldrüse schüttet dann Insulin aus, um dabei zu helfen, den Zucker aus dem Blut zu entfernen. Ein gleichmäßiger Blutzuckerspiegel ist wichtig für die Gesundheit und die Energie.

MetaPWR™ Assist

MetaPWR™ Assist kurbelt den Nährwert Ihrer Mahlzeiten an für maximale Vorzüge.

- Maulbeerblätter können zur Aufrechterhaltung des Gleichgewichts des Kohlenhydratstoffwechsels im Körper beitragen.*
- Ohne genetisch veränderte Organismen (GVO), Milchprodukte, Soja, Gluten, Konservierungsstoffe, künstliche Süßstoffe oder Aromen.
- MetaPWR™ Assist kurbelt den Nährwert Ihrer Mahlzeiten an für maximale Vorzüge.
- Enthält wirksame Inhaltsstoffe wie Maulbeerblattextrakt, Berberin, Zimtrindenpulver, ätherisches Pfefferminzöl und die revolutionäre Ölmischung MetaPWR™.

Nehmen Sie es vor Ihrer größten Mahlzeit des Tages ein, um die optimale Wirkung zu erzielen.

*Diese gesundheitsbezogenen Angaben werden noch von der EU und der EFSA geprüft.



MetaPWR™ Mito2Max™

Hergestellt, um die körpereigene Energieproduktion anzukurbeln und so das Energieniveau zu steigern.

- Adaptogene helfen Ihrem Körper, sich an Müdigkeit verursachende Umwelteinflüsse anzupassen.
- Antioxidantien helfen dabei, Ihr Energielevel anzukurbeln, und unterstützen die Widerstandsfähigkeit Ihres Körpers.

Wichtige Inhaltsstoffe

Mangancitrat

Mangan trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.*

Mangan trägt zum Erhalt normaler und gesunder Knochen bei.*

Mangan trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.*

D-Calcium Pantothenate

Pantothensäure trägt zu einer normalen Synthese und zu einem normalen Stoffwechsel von Steroidhormonen, Vitamin D und einigen Neurotransmittern bei.*

Pantothensäure trägt zur Reduzierung von Müdigkeit und Ermüdung bei.*

Pantothensäure trägt zu einer gesunden geistigen Leistung bei.*

**Diese gesundheitsbezogenen Angaben werden noch von der EU und der EFSA geprüft.*



MetaPWR
Hub



Unterstützen Sie jeden Schritt



DIE RICHTIGEN ZUTATEN FÜR MEHR ENERGIE
UND WOHLBEFINDEN

ALEXANDRA NITSCHKE, MD

Energie ist der wahre Reichtum des Lebens. Doch wie können wir sicherstellen, dass wir jeden Tag voller Energie stecken und unser Bestes geben?

Jeden Tag sind wir mit Situationen konfrontiert, die uns an unser Limit bringen, mental und körperlich. Das eigene Limit zu kennen, ist wichtig. Vor allem, wenn wir Sport machen. Wie ein Sportler, der sich selbst mit einem Training herausfordert, können auch wir unsere Energie und unsere Performance mit gezielten Routinen verbessern.

Ein bewusster Start in den Tag mit einer kurzen Sporteinheit, wie einem Spaziergang oder einigen Dehnübungen, fördert die Durchblutung. Dann wird Sie ein Frühstück mit einer guten Mischung aus Proteinen, gesunden Fetten und Kohlenhydraten langanhaltend mit Energie versorgen und Ihren Stoffwechsel ankurbeln. Probieren Sie dōTERRA™ Pflanzenprotein!

Doch wie Ihr Körper Energie produziert, hängt nicht nur von Ihrem Essen ab; Es geht ebenso darum, wie Ihre Zellen das verarbeiten, was Sie zu sich nehmen. Mitochondrien, die Kraftwerke unserer Zellen, benötigen verschiedene Nährstoffe (mitotrope Substanzen), um optimal zu funktionieren. L-Carnitin transportiert Fettsäuren in die Mitochondrien, wo diese dann in Energie umgewandelt werden. Coenzym Q10 (CoQ10) unterstützt die Produktion von ATP, dem wichtigsten Energieträger der Zellen. Pyrrolochinolinchinon (PQQ) fördert die Bildung neuer Mitochondrien und verbessert die allgemeine Leistungsfähigkeit der Zellen. Pantothenensäure (Vitamin B5) ist wichtig für den Energiestoffwechsel und die Synthese von Coenzym A und somit auch für viele Stoffwechselprozesse. Alpha-Liponsäure schützt die Mitochondrien als wirksames Antioxidans vor oxidativem Stress. Diese Inhaltsstoffe arbeiten zusammen, um die Mitochondrien zu unterstützen und die Energieproduktion zu maximieren.

Wichtige Energielieferanten: Top Tipps

- Koffein liefert zwar einen Energieschub, aber das nur für kurze Zeit. Anstatt sich auf einen Koffeinschub zu verlassen, schauen Sie sich doch nachhaltigere Alternativen an. Mitotrope Substanzen, die die Energie in den Zellen positiv beeinflussen, liefern einen länger anhaltenden Energieschub.
- Kombinieren Sie mitotrope Substanzen mit verdauungsfördernden Pflanzenextrakten wie Fenchel, Anis und Kümmel, um die Energieproduktion zu unterstützen und eine gesunde Verdauung und Nährstoffaufnahme zu fördern.
- Bei intensiven Herausforderungen können kurze Pausen und tiefes Durchatmen sehr wertvoll sein. Nutzen Sie die „10 für 10“-Regel: 10 Sekunden innehalten und dann für 10 Sekunden tief ein- und ausatmen, um neuen Fokus und neue Energie zu gewinnen. Diese Momente des Nachdenkens bringen Klarheit, sodass Sie effizient den nächsten Schritt machen können.
- Menthol und Beta-Caryophyllen können durch das Endocannabinoid-System das Gleichgewicht wiederherstellen und den Stress regulieren, was eine wichtige Rolle bei der Bewältigung von Entzündungs-, Schmerz- und Stressreaktionen spielt.

Eine gute Routine kombiniert Sport, erholsamen Schlaf und eine ausreichende Nährstoffaufnahme, um die Energieproduktion in Ihren Zellen zu unterstützen. Falls Ihre Ernährung nicht ausreicht, können einige wesentliche Bestandteile helfen:

- NADH (Nicotinamid-Adenin-Dinukleotid) und NMN (Nicotinamid-Mononukleotid) agieren wie starke Batterien, die Ihre Zellen aufladen.
- Resveratrol schützt die Zellen vor den Schäden von freien Radikalen und unterstützt das Herz-Kreislauf-System.
- Kollagen ist wichtig für die Gelenk- und Hautgesundheit und fördert Elastizität und Stärke.
- Vitamin C ist ein starkes Antioxidans, wichtig für die Produktion von Kollagen und für die Stärkung des Immunsystems.
- Biotin spielt eine zentrale Rolle beim Energiestoffwechsel und ist wichtig für gesunde Haut, Haare und Nägel.

Finden Sie in dōTERRAs umfassendem Sortiment für Nahrungsergänzungen genau das, was Sie brauchen, und verbessern Sie Ihre tägliche Routine!

Tipp: Achten Sie darauf, wie NADH, NMN, Resveratrol und Kollagen auf Sie wirken. Wenn die Quelle dieser Stoffe Sie beruhigt, nehmen Sie diese abends zu sich. Wenn sie Sie belebt, dann nehmen Sie sie morgen zu sich. Nehmen Sie es an anstrengenden Tagen über den Tag verteilt ein.

Nicht zu Allen passt dieselbe Routine

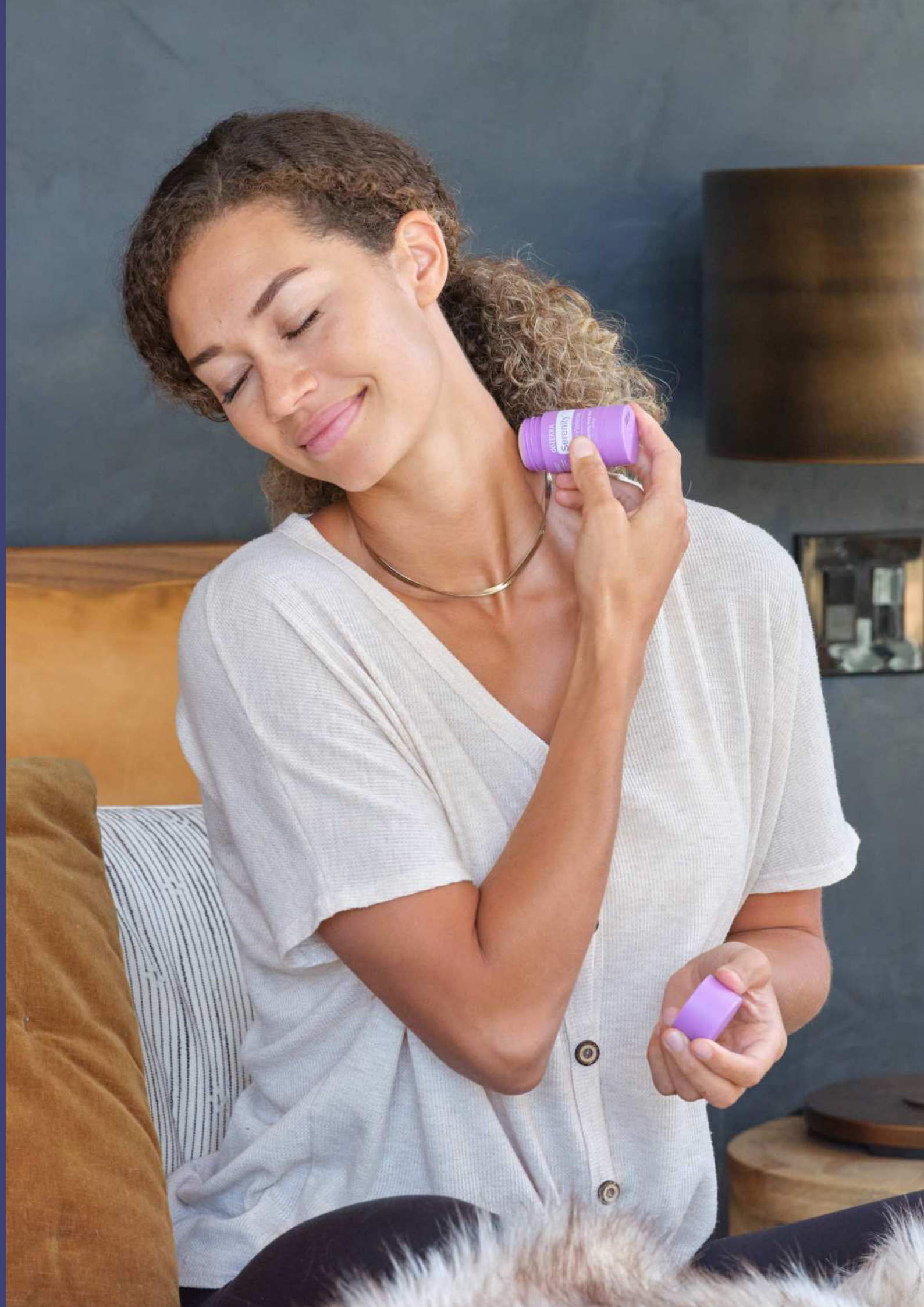
Wir sind nicht perfekt – und das ist auch okay. An manchen Tagen lasse ich das Frühstück weg oder gönne mir etwas Süßes. Diese Momente erinnern mich daran, dass es nicht darum geht, perfekt zu sein, sondern darum, konsequent kleine Schritte hin zu einem gesünderen Lebensstil zu machen.

Veränderung passiert nicht über Nacht, sondern mithilfe kleiner, kontinuierlicher Schritte. Die Kombination aus Sport, Nährstoffen und Erholung führt zu maximalem Erfolg. Energie ist der wahre Reichtum des Lebens und durch einen bewussten Lebensstil können wir diesen Reichtum jeden Tag pflegen.



Erholung & Stressmanagement

Erholung ist der Schlüssel zu einer guten Gesundheit! Sie trägt zu unzähligen physiologischen Prozessen und Gesundheitskomponenten bei, wie Essgewohnheiten, Trainingseinheiten und mentalem Wohlbefinden. Die Qualität und Quantität der Erholung stehen ebenso direkt mit Ihrem Stressmanagement in Verbindung. Deshalb ist es wichtig, sich gut zu ernähren, sich zu erholen und aktiv zu bleiben. Mit der Hilfe von Nahrungsergänzungen haben Sie die perfekte Formel für Ihr Wohlbefinden.



dōTERRA Serenity™ Softgels

Fokus: Erholung | Gelassenheit | Ruhe | Mindset

Eine leichte und bequeme Art, die Vorzüge der dōTERRA Serenity™ Erholungsmischung zu erleben, durch die einzigartige Kombination aus den sorgfältig erforschten Vorzügen des ätherischen Lavendelöls und L-Theanin, sowie Zitronenmelisse, Passionsblume und Kamillenextrakt; alles in einem pflanzlichen Softgel.





Warum dōTERRA Serenity™ Softgels?

Eine perfekte Ergänzung zu Ihrer Abendroutine; diese Kapseln vereinen blumige und krautige ätherische Öle, von denen jedes für seine Fähigkeit bekannt ist, für eine ruhige und entspannte Atmosphäre zu sorgen.

Anwendung

Nehmen Sie 1-2 Softgels bis zu einer Stunde vor Ihrer gewöhnlichen Schlafenszeit. Nutzen Sie es auf Reisen, um auch unterwegs Ihre Entspannungsroutine zu pflegen.

Schon gewusst?



L-Theanin ist eine Aminosäure, die häufig in Teeblättern vorkommt. Es fördert Entspannung, ohne Sie schläfrig zu machen.



Zitronenmelisse ist ein mehrjähriges Kraut, das traditionell dazu verwendet wird, Spannungen und Unruhe zu mindern und Schlaf zu fördern.



Passionsblume (*Passiflora incarnata*) ist eine Blütenpflanze, die für ihre beruhigende Wirkung bekannt ist.



Kamille wird traditionell wegen ihrer lindernden und beruhigenden Eigenschaften verwendet.



15 ml dōTERRA Serenity™ Erholungsmischung

Eine friedliche Mischung ätherischer Öle, die Ruhe und Entspannung fördern.

Warum dōTERRA Serenity™?

Diese spezielle Mischung kombiniert ätherische Öle, die dafür bekannt sind, Emotionen zu beruhigen.

Anwendung

Zur äußeren Anwendung vor dem Schlafengehen, um Sie auf einen erholsamen Schlaf vorzubereiten.



dōTERRA Serenity™ Stick + Valerian (Baldrian)

Dieses Produkt verbessert Ihre Schlafqualität durch eine spezielle Ölmischung in einem innovativen Stick und fördert gesunden und erholsamen Schlaf.

Warum dōTERRA Serenity™ Stick + Valerian (Baldrian)?

Unsere geschützte Erholungsmischung wird noch wirkungsvoller durch die Zugabe von Baldrian, der umfassend wegen seiner beruhigenden Wirkung erforscht wurde.

Anwendung

Bei Bedarf vor dem Schlafengehen auf die Innenseiten der Handgelenke, in den Nacken, auf die Brust oder Fußsohlen auftragen.

Im Abschnitt „Wellnessziele“ erfahren Sie mehr über empfohlene Routinen.



Erholen Sie sich so, wie Sie es verdienen



DR NICOLE STEVENS,

VICE PRESIDENT OF CLINICAL
RESEARCH AT dōTERRA

Wir alle lieben es, nach einer erholsamen Nacht, frisch und energiegeladen aufzuwachen. Die Frage ist: wie schaffen wir das?

In den vergangenen Jahren ist der Welt bewusst geworden, wie wichtig erholsamer Schlaf ist und welche Auswirkungen er auf das Wohlbefinden hat. Schlaf ist wichtig für das Schaffen neuer Erinnerungen, er unterstützt die kognitiven Fähigkeiten und beeinflusst verschiedene Prozesse im Körper, wie das Fortpflanzungssystem, das Immunsystem, die mentale und körperliche Leistung, sowie den Appetit und den Stoffwechsel. Mit einfachen Worten: Wenn Sie nicht gut schlafen, funktionieren Sie auch nicht gut.

Überall sind Bildschirme und andere Ablenkungen, weshalb es für viele schwierig ist, sich gut erholt zu fühlen. Aber bei erholsamem Schlaf geht es nicht nur um die Quantität. Beruhigende Hilfsmittel und eine gute Schlafhygiene können Ihre natürlichen Schlafgewohnheiten unterstützen.

dōTERRA Serenity™ Erholungsmischung sorgt mithilfe von ätherischen Ölen, die dafür bekannt sind, Emotionen zu beruhigen, für Ruhe und Entspannung. Kurz nach der äußeren Anwendung spürt der Anwendende ein Gefühl der Gelassenheit.

dōTERRA Serenity™ Softgels sind eine leichte und bequeme Art, die Vorzüge der dōTERRA Serenity™ Erholungsmischung zu erleben, durch die einzigartige Kombination aus der sorgfältig erforschten Vorzüge des ätherischen Lavendelöls und L-Theanin, sowie Zitronenmelisse, Passionsblume und Kamillenextrakt in einem pflanzlichen Softgel.

dōTERRA Serenity™ Stick + Valerian ist der ultimative Begleiter zur äußeren Anwendung, und das immer und überall. Eine der ältesten und am besten erforschten Eigenschaften von ätherischem Baldrianöl ist seine Fähigkeit, beruhigende Gefühle zu fördern, wodurch der Stick noch wirksamer wird.

Tipp: Wie wäre es mit einer Kombination aus den dōTERRA Serenity™ Produkten und dōTERRA PB Restore™, sodass Ihr Schlaf noch erholsamer wird und Sie voll Energie tanken können:

Diese Produkte sind noch wirksamer, wenn man sie mit gesunden Gewohnheiten kombiniert. Versuchen Sie doch mal diese Gewohnheiten:



Schalten Sie alle Bildschirme mindestens 1 Stunde vor dem Schlafengehen aus, damit sich Ihr Gehirn entspannen und Ihr natürlicher Rhythmus einsetzen kann. Nutzen Sie 15 ml dōTERRA Serenity™, um Ihrem Körper zu signalisieren, dass es Zeit ist, sich zu erholen.



Nehmen Sie 1-2 dōTERRA Serenity™ Softgels 30-60 Minuten vor dem Schlafengehen.



Nutzen Sie den dōTERRA Serenity™ Stick + Valerian (Baldrian) und genießen Sie eine wohltuende Massage.



Stellen Sie sicher, dass Ihr Schlafzimmer ruhig, dunkel und kühl ist.



Vermeiden Sie 3 Stunden vor dem Schlafengehen schwere oder scharfe Mahlzeiten. Ein kleiner Snack kann helfen, wenn Sie ein dōTERRA Serenity™ Softgel einnehmen.



Sorgen Sie schon früh am Morgen für eine gesunde Portion helles, natürliches Licht.



Machen Sie Sport, aber nicht zu kurz vor dem Schlafengehen, um Ihren Schlaf zu verbessern.



Meditieren, beten, Tagebuch schreiben oder sich mit jemandem unterhalten hilft, den Tag mental und emotional verarbeiten. Schon ein paar Minuten morgens und abends können Stress reduzieren und den Schlaf verbessern.



Toxische Belastung reduzieren

Toxine gibt es überall, in der alltäglichen Umgebung sowie in der Luft, die wir atmen. Obwohl wir auf natürliche Weise Toxine ausscheiden, sind wir in der heutigen Zeit mehr Toxinen ausgesetzt als je zuvor. Sie stören das Gleichgewicht und beeinträchtigen das Wohlbefinden und die Gesundheit. Übernehmen Sie das Steuer und kontrollieren Sie, was in Ihr Haus gelangt. Jedes Toxin erhöht die Toxinbelastung Ihres Körpers. Doch die Belastung zu reduzieren kann ein wenig Abhilfe schaffen. Nahrungsergänzungen können helfen!



DDR Prime™ Softgels

Fokus: Tägliche Herausforderungen | Umweltfaktoren | Widerstandsfähigkeit

DDR Prime™ Softgels helfen Ihrem Körper dabei, sich gegen alltägliche Herausforderungen zu wappnen. Sie sind dazu gedacht, die natürliche Reaktion Ihres Körpers auf Umwelteinflüsse zu unterstützen.

Warum DDR Prime™ Softgels?

Jedes Softgel liefert eine spezielle Mischung ätherischer Öle wie Frankincense (Weihrauch), Clove (Gewürznelke), Lemongrass (Zitronengras) und anderen, die die natürliche Widerstandsfähigkeit Ihres Körpers und Ihr Wohlbefinden stärken.



TriEase™ Softgels

Fokus: Jahreszeitenwechsel | Herausforderungen durch die Umwelt

TriEase™ Softgels wurden für den Jahreszeitenwechsel entwickelt. Sie sind ideal für Reisen und Outdoor-Aktivitäten, um sich in der Natur wohlfühlen zu können.

Warum TriEase™ Softgels?

Jedes Softgel enthält jeweils die gleiche Menge der ätherischen Öle Lemon (Zitrone), Lavender (Lavendel) und Peppermint (Pfefferminze), um sich besser an den Jahreszeitenwechsel anzupassen.



On Guard™+ Softgels

Fokus: Wohlbefinden stärken | Schutz | Jahreszeitenwechsel

Sie wissen, wenn Ihr Körper nicht ganz auf der Höhe ist. Für diese Zeiten bieten On Guard™+ Softgels eine Stärkung, indem Sie sie von innen heraus unterstützen, wenn Sie mit Veränderungen in Ihrer Umwelt zu kämpfen haben.

Warum On Guard™+ Softgels?

Familienfreundlich und wenn nötig ein wunderbares Hilfsmittel; die Softgels enthalten eine wirksame Mischung der ätherischen Öle Wild Orange (Wildorange), Clove (Gewürznelke), Black Pepper (Schwarzer Pfeffer), Cinnamon Bark (Zimtrinde) Eucalyptus (Eukalyptus), Oregano, Rosemary (Rosmarin) und Melissa (Zitronenmelisse).



ZendocrinTM Softgels

Fokus: Schadstoffe entfernen | Filtern | Kurze Anwendungsdauer | Schnell wirkend

Eine kleine Auffrischung von innen heraus gefällig? ZendocrinTM Softgels unterstützen mithilfe der dōTERRA ZendocrinTM Mischung für den Neubeginn die natürliche Fähigkeit Ihres Körpers, sich selbst zu reinigen.

Warum ZendocrinTM Softgels?

Die ätherische Ölmischung beinhaltet Rosemary (Rosmarin), Tangerine (Mandarine), Geranium (Geranie), Juniper Berry (Wacholderbeere) und Cilantro (Korianderkraut), was das allgemeine Wohlbefinden und die Balance fördert.



Zendocrine™ Complex

Fokus: Schadstoffe entfernen | Filtern | Schrittweise Anwendung | Schonend geliefert

Eine geschützte Mischung an Vollwertkostextrakten, deren Formulierung auf einem patentierten Enzymverabreichungssystem beruht.





Warum Zendocrine™ Complex?

Alle Pflanzenextrakte aus Vollwertkost wurden speziell ausgewählt, basierend auf ihren historischen Anwendungen zur Unterstützung der körpereigenen Funktion, Abfallstoffe auszuscheiden.

Wichtige Inhaltsstoffe

Artischockenblattextrakt (Cynara scolymus)

- Enthält Antioxidantien.*
- Antioxidantien können Sie vor freien Radikalen schützen.*
- Antioxidantien können unsere Zellen und unser Gewebe vor oxidativen Schäden schützen.*
- Antioxidantien tragen zur gesamten antioxidativen Kapazität des Körpers bei und können zur Stärkung der körpereigenen Abwehrkräfte beitragen.*
- Unterstützt die Verdauung / trägt zu einer normalen Funktion des Darmtrakts bei / unterstützt den Fluss der Verdauungssäfte / erhält eine gesunde Leber / unterstützt die Entgiftung / trägt zum Wohlbefinden des Darms bei.*

Wurzelextrakt aus Chinesischem Engelwurz

- Erhaltung einer normalen Durchblutung/gut für (unterstützt) einen normalen Blutfluss/unterstützt einen normalen Blutfluss/unterstützt den Sauerstofftransport/erhält den Sauerstofftransport der roten Blutkörperchen.*
- Ein Produkt, das allgemein zur Aufrechterhaltung der Körperfunktionen beiträgt – stärkt das Immunsystem, verbessert den Zustand des Herz-Kreislauf-Systems, strafft den Körper, stimuliert die Fähigkeit der geistigen Arbeit, erhöht die Anpassungsfähigkeit des Körpers in extremen und stressigen Situationen.*

**Diese gesundheitsbezogenen Angaben werden noch von der EU und der EFSA geprüft.*

Ein Gleichgewicht herstellen: Gesundheit und Harmonie



DR RUTH DEMPSEY, PHD

Wir alle haben unsere Höhen und Tiefen - in einem Moment sind wir in Höchstform, und im nächsten werden wir von To-Do-Listen erdrückt. Das Leben liefert uns permanent Stressfaktoren, mit denen unser Körper und unser Geist umgehen müssen. Unser tägliches Umfeld verändert sich, wie Arbeit, Familie, Jahreszeiten und Ernährung und wir fühlen uns manchmal ziemlich überwältigt.

Gute tägliche Gewohnheiten können helfen; nährstoffreiche Ernährung, der dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ (LLV) für essentielle Nährstoffe, tägliche Bewegung, Zeit in der Natur und erholsamer Schlaf. Es ist genauso, wie für Ihr Zuhause zu sorgen – es aufgeräumt und sauber zu halten, ist eine tägliche Aufgabe.

Ich bin sehr stolz darauf, mein Zuhause sauber zu halten. Manchmal übertreibe ich ein wenig mit dem Putzen der Arbeitsplatte oder des Spülbeckens und ich muss jeden Tag alles zurück an seinen Ort stellen. Mein Terminplan ist jedoch sehr voll und ich bin viel unterwegs. Es gibt Momente, in denen ich mich umsehe und mich frage, wie es so unordentlich werden konnte. Ich frage mich dann, wann ich zuletzt den Ofen gereinigt habe, oder wie der Papierstapel im Flur so groß werden konnte, dass er beinahe umfällt. Ich kreppele regelmäßig die Ärmel hoch und mache eine Grundreinigung – und wenn man damit fertig ist, fühlt man sich einfach wunderbar!

Ich denke, mit unserem Körper verhält es sich ähnlich. Obwohl wir für uns sorgen, kommt es vor, dass unsere Umwelt uns vor Stressfaktoren stellt, wie Luftverschmutzung, Produkte, die nicht perfekt für unseren Körper geeignet sind, oder emotionalen Stress wie Arbeit, Familie oder das Leben im Allgemeinen. Diese Faktoren können nicht nur beeinflussen, wie wir uns fühlen, sondern auch, wie unser Körper Nahrung, Nährstoffe und Schadstoffe verarbeitet. Manchmal benötigen wir auch eine Grundreinigung und eine Entrümpelung.

Glücklicherweise dauert es länger, das Zuhause zu reinigen als den Körper. Es geht nur darum, sich dazu zu entscheiden, Selbstfürsorge an erste Stelle zu setzen, gesund zu essen, ausreichend zu trinken und die natürlichen Reinigungsprozesse mit den geeigneten Nahrungsergänzungen zu unterstützen.

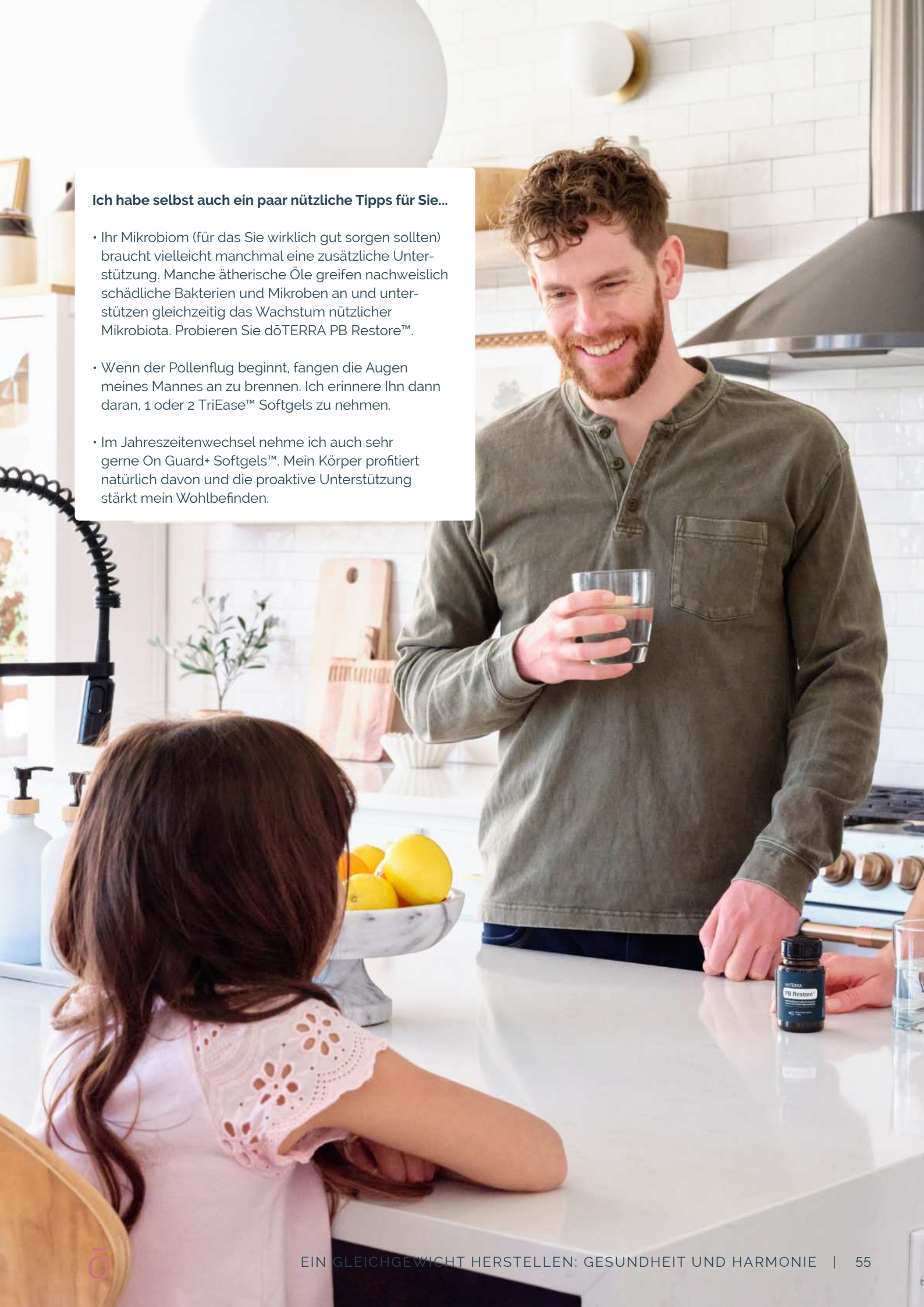
Das Schwierigste daran ist oft, die persönlichen Bedürfnisse zu erkennen und zu wissen, wann diese in Angriff genommen werden müssen. Ich glaube stark daran, sich selbst zu verstehen. Ihre einzigartigen Bedürfnisse werden sich von denen Anderer unterscheiden, weshalb es schwierig für Andere ist, Sie anzuleiten, wann und wie Sie für sich selbst sorgen.

Deswegen empfehle ich das Cleanse & Restore Kit. Es ist perfekt, für eine Auffrischung im Frühling oder im Herbst. Nach der ersten Durchführung werden Sie die Ergebnisse spüren und wissen, wie oft Ihr Körper diese Entrümpelung und diese Grundreinigung benötigt. Es gibt ebenso einen praktischen 30-Tage Cleanse Flyer für Sie als Anleitung!

Und für zwischendurch ist eine kurze Reinigung übers Wochenende genau das Richtige für Sie. Für 1-2 Wochen ein paar dōTERRA DDR Prime™ Softgels zu Ihrer Routine hinzufügen, ist großartig für eine kurzfristige Reinigung. Sie liefern ätherische Öle wie Frankincense (Weihrauch), Clove (Gewürznelke), Summer Savory (Sommerbohnenkraut) und Wild Orange (Wildorange). GX Assist™ ist ebenso eine wundervolle Alternative, ein überlastetes Verdauungssystem wieder zu beruhigen. Es liefert entzündungshemmende Inhaltsstoffe und die beruhigende Wirkung von Caprylsäure, Teebaum, Pfefferminz und Oregano.

Ich habe selbst auch ein paar nützliche Tipps für Sie...

- Ihr Mikrobiom (für das Sie wirklich gut sorgen sollten) braucht vielleicht manchmal eine zusätzliche Unterstützung. Manche ätherische Öle greifen nachweislich schädliche Bakterien und Mikroben an und unterstützen gleichzeitig das Wachstum nützlicher Mikrobiota. Probieren Sie dōTERRA PB Restore™.
- Wenn der Pollenflug beginnt, fangen die Augen meines Mannes an zu brennen. Ich erinnere ihn dann daran, 1 oder 2 TriEase™ Softgels zu nehmen.
- Im Jahreszeitenwechsel nehme ich auch sehr gerne On Guard+ Softgels™. Mein Körper profitiert natürlich davon und die proaktive Unterstützung stärkt mein Wohlbefinden.



Ein Kit für einen Nahrungsergänzungsboost

Kits bieten die beste Möglichkeit, Ihre Bedürfnisse mit verschiedenen Produkten in einer Kollektion in Angriff zu nehmen. Für ein erfrishtes Selbst, wählen Sie Cleanse & Restore.

Cleanse & Restore Kit

Ihre Gesundheit entwickelt sich von innen nach außen. Genauso wie ein Haus einen Frühjahrsputz benötigt, so benötigt auch Ihr Körper regelmäßige Unterstützung. Mit Nahrungsergänzungen, die auf wichtige Aspekte des Wohlbefindens abzielen sollen, können Sie Ihren Körper jetzt effektiv regenerieren und reinigen.

Das Kit enthält

- dōTERRA Lifelong Vitality Pack™
- Terrazyme™
- Zendocrine™ Complex
- Zendocrine™ Softgels
- GX Assist™
- dōTERRA PB Restore
- DDR Prime™ Softgels

Holen Sie mit dem [30-Day Cleanse Flyer](#) das Beste aus Ihrem Cleanse & Restore Kit heraus!





30-Day
Cleanse Flyer



Wellnessziele

Das Trio des Wohlbefindens: Stoffwechsel, Gewicht und Verdauung



- Starten Sie in den Tag mit einem großen Glas Wasser und fügen Sie einen Tropfen der ätherischen Ölmischung MetaPWR™ hinzu.
- Wenn vormittags der Heißhunger kommt, nehmen Sie MetaPWR™ Advantage für Ihre tägliche Dosis Schönheit von innen.
- Zum Mittagessen nehmen Sie 1 Kapsel dōTERRA PB Restore™.
- Vergessen Sie nicht, 15-30 Minuten vor der größten Mahlzeit des Tages 1-2 Kapseln MetaPWR™ Assist zu nehmen.
- Um das Erlebnis noch zu verbessern, nehmen Sie 1 ZenGest™ Softgel nach einer großen Mahlzeit oder wenn Sie sich unwohl fühlen.

Aktiver werden

- Beginnen Sie Ihren Tag mit einem proteinreichen Frühstück und 2 Kapseln MetaPWR™ Mito2Max™.
- Nehmen Sie nach dem Mittagessen 1-2 Kurkuma Doppelkammerkapseln, um die körperliche Aktivität zu unterstützen.
- Optional: Sie können auch 1 Deep Blue Polyphenol Complex™ Softgel einnehmen, um nach einer Sporteinheit für innere Ruhe zu sorgen.
- Tragen Sie abends Deep Blue Rub™ auf Ihre müden Beine auf für eine kraftvolle und schnell wirkende Linderung.



Den ganzen Tag, jeden Tag



- Stärken Sie Ihren Körper mit einem vollwertigen Frühstück und nehmen Sie 2 Stück von jedem Produkt im dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ ein.
- Nehmen Sie 1 Terrazyme™ zu einer Mahlzeit ein. Wenn Sie stark verarbeitete Lebensmittel essen, nehmen Sie 2 Kapseln ein.
- Nehmen Sie 30-60 Minuten vor dem Schlafengehen 1 dōTERRA Serenity™ Softgel. Probieren Sie Kräutertee, um es sich gemütlich zu machen und abzuschalten.
- Optional: Genießen Sie doch nach einem Snack am Vormittag MetaPWR Advantage™, um sich zufrieden zu fühlen und Ihrem Körper zu helfen, die bestmögliche Leistung zu erbringen!

Unterstützung zum Jahreszeitenwechsel

- Wenn Sie ein wenig angeschlagen sind und Ihr Körper eine zusätzliche Unterstützung braucht, dann nehmen Sie nach dem Essen 1-2 On Guard+™ Softgels.
- Nicht empfohlen für regelmäßige tägliche Einnahme.
- Wenn Sie besonders anfällig für den Jahreszeitenwechsel sind, nehmen Sie 1 TriEase™ Softgel.
- Optional: Tragen Sie das TerraShield™ Spray auf Arme, Beine und den Nacken auf, bevor Sie nach draußen gehen.



Schönheit von innen und außen



- Mischen Sie morgens 1 Sacht MetaPWR™ Advantage mit Wasser, um Ihre Schönheit von innen heraus zu unterstützen.
- Nehmen Sie nachmittags 1 dōTERRA PB Assist +™ und strahlen Sie von innen heraus.
- Tragen Sie morgens und abends 2 Tropfen Yarrow|Pom auf Gesicht, Brust, Nacken und Hände auf.

Loyalty Rewards

LIVE THE BENEFITS

Sind Sie bereit, Ihr Wohlbefinden an erste Stelle zu setzen und gesunde und langanhaltende Gewohnheiten zu schaffen?

Das dōTERRA Treueprogramm (LRP) ist Ihr perfekter Begleiter, um Ihnen beim Aufbau einer konsequenten Routine zu helfen, die zu Ihren Wellnesszielen passt – egal, welche das auch sein mögen.



Genießen Sie Ihre liebsten dōTERRA Produkte regelmäßig für dauerhafte Vitalität und weitere exklusive Vorzüge:

Wohlbefinden per Mausklick:

Lassen Sie sich Ihre Lieblingsprodukte monatlich liefern



Gratis Produkte:

Erhalten Sie das Produkt des Monats GESCHENKT*

Zusätzliche Prämien:

Sichern Sie sich auf Ihre Treuebestellung bis zu **30 %** in Punkten zurück, die Sie dann für kostenlose Produkte einlösen können!



Exklusive Mitgliederangebote

Erhalten Sie Zugang zu speziellen Kollektionen und Rabatten auf Produkte für den täglichen Bedarf.

Volle Flexibilität:

Personalisierte Bestellungen, die Sie kontrollieren können



Mehr als nur Nahrungsergänzungen...

Unser Produktsortiment kann Ihnen dabei helfen, auf Ihrem Weg zu mehr Wohlbefinden aufzublühen! Mit den reinsten ätherischen Ölen, gezielten Mischungen, Must-haves für persönliche Pflege und vielem mehr sind die Lösungen aus der Natur nur einen Mausklick entfernt. Erstellen Sie noch heute Ihre erste Treuebestellung (LRP) und genießen Sie die Vorzüge...

*Erhalten Sie das Produkt des Monats gratis, wenn Sie vor dem bzw. am 15. jeden Monats eine einzelne Bestellung von mindestens 125 PV aufgeben.

Nur 3 Schritte!

So einfach erstellen Sie
Ihre Treuebestellung ...



Loggen Sie sich bei shop.
doterra ein, wählen Sie in
Ihrem Konto „Meine Treue-
bestellung“ aus und klicken
Sie dann „Los geht's“



Fügen Sie Ihre ausgewählten
Produkte hinzu und wäh-
len Sie Ihr gewünschtes
Bearbeitungsdatum



Klicken Sie auf den Button
„Bestellung erstellen“ und
erhalten Sie Belohnungen



Nährwertangaben

ALPHA CRS+

| Nutrition Facts/Zusammensetzung | | |
|--|--------|---------|
| Values Per 4 Capsules / Pro Tagesportion = 4 Kapseln: | % NRV† | † RI |
| CL Blend / CL-Mischung: | | 1115 mg |
| Scutellaria Root Extract/Scutellaria-Wurzelextrakt | | 400mg |
| Artichoke Leaf Extract/Artischockenblattextrakt | | 216 mg |
| Boswellia serrata Gum Resin Extract/Weihrauchharzextrakt | | 200 mg |
| Polygonum Cuspidatum Root Extract/Polygonum Cuspidatum-Wurzelextrakt | | 100 mg |
| Pomegranate Fruit Extract/Granatapfel fruchtextrakt | | 63 mg |
| Green Tea Leaf Extract/Grünteeteextrakt | | 40 mg |
| Turmeric Root Extract/Kurkumawurzelextrakt | | 32mg |
| Grape Seed Extract/Traubenkernextrakt | | 21mg |
| Sesame Seed Extract/Sesamsamenextrakt | | 20 mg |
| Pineapple Stem Extract/Ananasstammextrakt | | 16 mg |
| Pine Bark Extract/Kiefern rindenextrakt | | 7 mg |
| CE Blend / CE-Mischung: | | 398 mg |
| Carnitine/Carnitin | | 100 mg |
| Alpha Lipoic Acid/ Alpha-Liponsäure | | 100 mg |
| Quercetin/Quercetin | | 50 mg |
| Coenzyme Q10/Coenzym Q10 | | 46 mg |
| Ginkgo Biloba Leaf Extract/ Ginkgo Biloba-Blattextrakt | | 40 mg |
| TT Blend / TT-Mischung: | | 30 mg |
| Peppermint (Mentha piperita) Leaf extract/ Pfefferminzblattextrakt (Mentha piperita) | | 10 mg |
| Ginger (Zingiber officinale) Root Extract/ Ingwerwurzelextrakt (Zingiber officinale) | | 10 mg |
| Caraway (Carum carvi) Seed Extract/ Kümmelsamenextrakt (Carum carvi) | | 10 mg |

Inhaltsstoffe: Baikal-Helmkraut-Wurzelextrakt (Scutellaria baicalensis), Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Artischockenblatt-Extrakt (Cynara scolymus), Weihrauch-Harzextrakt (Boswellia serrata), Acetyl-L Carnitin Hydrochlorid, Trägermittel: Maltodextrin, Alpha-Liponsäure, Japanischer Staudenknöterich-Wurzelextrakt (Polygonum cuspidatum), Granatapfel-Fruchtextrakt (Punica granatum), Quercetin-Dihydrat, Calciumsalze von Fettsäuren, Coenzym Q10, Gruntee-Blattextrakt (Camellia sinensis), Füllstoff: Mikrokristalline Zellulose; Ginkgo-Blattextrakt (Ginkgo biloba), Kurkuma-Wurzelextrakt (Curcuma longa), Antiklumpmittel: Calciumsilikat; Seesamsamen-Extrakt (Sesamum indicum), Weintraubenkern-Extrakt (Vitis vinifera), Ananas-Stammextrakt (Ananas comosus), Kümmelsamenextrakt (Carum carvi), Ingwerwurzelextrakt (Zingiber officinale), Pfefferminzblatt-Extrakt (Mentha piperita), Kiefer-Rindenextrakt (Pinus masoniana).

Chocolate Protein Powder

| Nutrition Information | | | |
|---|--|-----|--|
| Nährwertangaben / Reference | Per Serving 4 Tbls Pro Portion (4 Esslöffel) | | Intake Per 100g/ Referenz-einnahmewert pro 100g/ |
| Energy/Energie | 544 kJ/129 kcal | 6% | 1701 kJ/404 kcal |
| Fat/Fett | 3,6 g | 5% | 11 g |
| Of which is Saturates/ davon gesättigte | 0,6 g | 3% | 2 g |
| Carbohydrates/ Kohlenhydrate/ | 1,1 g | 0% | 3,5 g |
| Of which is Sugars/ davon Zucker | 0 g | 0% | 0 g |
| Protein | 22 g | 44% | 69 g |
| Salt/Salz | 1,5 g | 25% | 4,6 g |

Inhaltsstoffe: Erbsenproteinisolat (Pisum sativum), Kakaopulver, Gummi Arabicum, mittelkettige Triglyceride in Pulverform, Kichererbsenproteinkonzentrat (Cicer arietinum), Kakaosextrakt, Kartoffelproteinisolat (Solanum Tuberosum), Reisproteinkonzentrat (Oryza sativa), Natriumchlorid, Steviolglycoside (Reb-M), natürliches Kakaoaroma, natürliches Schokoladearoma, natürliches Vanillearoma.

DDR Prime Softgels

Typical Values Per Softgel (Daily Dos/ Zusammensetzung (pro Tagesdosis = 1 Softgelkapsel):

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Frankincense Resin Oil / Weihrauchöl | 65 mg |
| Orange Peel Oil / Orangenschalenöl | 55 mg |
| Litsea Oil/Litseaöl | 29 mg |

Inhaltsstoffe: Natives Olivenöl extra, modifizierte Stärke, Weihrauchöl, Orangenschalenöl, Feuchthaltemittel (Glycerin), Verdickungsmittel (Carrageen), Füllstoff (Maltit), Wasser, Litsea cubeba-Öl, Thymianöl, Gewürznelkenöl, Bohnenkrautöl, Niaouli-Öl, Zitronengrasöl

Deep Blue Polyphenol Complex™

| Typical Values Per Serving (Serving - 2 Capsules) / Durchschnittliche | |
|---|--------|
| Zusammensetzung pro Portion (= 2 Kapseln) | RI |
| Deep Blue Polyphenol Complex: | 888 mg |
| Ginger (Zingiber officinale) Root Extract/ Ingwerwurzelextrakt (Zingiber officinale) | 300 mg |
| Turmeric (Curcuma longa) Root Extract/ Kurkumawurzelextrakt (Curcuma longa) | 263 mg |
| Frankincense (Boswellia serrata) Gum Resin Extract/ Weihrauchharzextrakt (Boswellia serrata) | 100 mg |
| Green Tea (Camellia sinensis) Leaf Extract (75% Catechins)/ Grünteeblattextrakt (Camellia sinensis) | 100 mg |
| Pomegranate (Punica granatum) fruit extract (15% Punicalagins) / Granatapfel fruchtextrakt (Punica granatum) 15% Punicalagins | 50 mg |
| Grape (Vitis vinifera) Seed Extract (47.5% Polyphenols)/ Traubenkernextrakt (Vitis vinifera) 47.45% Polyphenols | 50 mg |
| Resveratrol (from Polygonum cuspidatum Root)/Resveratrol (aus Polygonum cuspidatum Japanischer Staudenknöterich Wurzel) | 25 mg |
| TT-Extract/TT Extrakt: 30 mg | |
| Ginger (Zingiber officinale) Root Extract/ Ingwerwurzelextrakt (Zingiber officinale) | 10 mg |
| Peppermint (Mentha piperita) Leaf extract/ Pfefferminzblattextrakt (Mentha piperita) | 10 mg |
| Caraway (Carum carvi) Seed extract/Kummelsamenextrakt (Carum carvi) 10 mg | 10 mg |

Inhaltsstoffe: Ingwerwurzelextrakt (Zingiber officinale), Kurkumawurzelextrakt (Curcuma longa), Überzugsmittel/Stabilisator: Pflanzliche Hypromellose, Boswellia serrata-Harzextrakt, Grünteeblattextrakt (Camellia sinensis), Antiklumpmittel: Mikrokristalline Zellulose, Granatapfel fruchtextrakt (Punica granatum), Traubenkernextrakt (Vitis vinifera), Polygonum cuspidatum-Wurzelextrakt, Trägermittel: Magnesiumstearat, Antiklumpmittel: Calciumsilikat, Trägermittel: Siliziumdioxid, Pfefferminzblattextrakt (Mentha piperita), Kümmelsamenextrakt (Carum carvi), Trägermittel: Maltodextrin

ZenGest DigestTab

| Typical Values Per Tablet / Zusammensetzung (pro Tagesdosis = 1 Kautablette): | | % NRV† |
|--|--------|-----------|
| Calcium | 200 mg | 25% |
| Peppermint Essential Oil | 10 mg | |
| Coriander Essential Oil | 7 mg | |
| Ginger Essential Oil | 5 mg | |

†NRV: Nutrient Reference Value / Nährstoffsbezugswerte

Inhaltsstoffe: Calciumcarbonat, Süßungsmittel (Xylit), Stabilisatoren (Isomalt, Gummi arabicum), Trennmittel (Siliziumdioxid), ätherisches Pfefferminzblattöl und -stielöl (Mentha piperita), ätherisches Koriandersamenöl (Coriandrum sativum) Trennmittel (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren), ätherisches Ingwerwurzelöl (Zingiber officinale), Süßungsmittel (Steviolglycoside aus Stevia), Aroma (ätherisches Kümmelsamenöl (Carum carvi), ätherisches Kardamomsamenöl (Elettaria cardamomum), ätherisches Fenchelsamenöl (Foeniculum vulgare), ätherisches Sternanisfrucht-/samenöl (Illicium verum)) *Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

GX Assist

| Typical Values Per Softgel / Zusammensetzung (pro Tagesdosis = 1 Kapsel): | | |
|--|-------|--|
| Oregano (Origanum vulgare) Flower/Leaf/Stem Essential Oil/ Ätherisches Oreganoöl (Origanum vulgare) aus Blüte/Blatt/ Stängel | 49 mg | |
| Tea Tree (Melaleuca alternifolia) Leaf Essential Oil/Teebaumöl (Melaleuca Essential Oil/Teebaumöl (Melaleuca alternifolia) aus Blatt | 33 mg | |
| Lemon (Citrus limon) Peel Essential Oil/Zitronenschalenöl (Citrus limon) | 29 mg | |

Inhaltsstoffe: Gelatine, Emulgator (Fettsäuren), Feuchthaltemittel (Glycerin), ätherisches Oreganoöl (Origanum vulgare) aus Blüte/Blatt/Stiel, Wasser, ätherisches Teebaumöl (Melaleuca alternifolia) aus Blatt, ätherisches Zitronenschalenöl (Citrus limon), Aroma: ätherisches Pfefferminzöl (Mentha piperita) aus Blüte/Blatt/Stiel, Aroma: ätherisches Zitronengras (Cymbopogon flexuosus) aus Blatt, Aroma: ätherisches Thymianöl (Thymus vulgaris) aus Blüte/Blatt/Stiel, Überzugsmittel (Schellack, Natriumalginat, Carnaubawachs)

MetaPWR Advantage

| Typical Values Per Serving/Durchschnittliche Zusammensetzung pro Portion Serving=1 Sachet/Portion=1 Sachet | |
|--|----------------|
| Fish Collagen/Fischkollagen | 3000 mg |
| Yeast (<i>Saccharomyces cerevisiae</i>) Powder/Hefepulver (<i>Saccharomyces cerevisiae</i>) | 283 mg |
| Vitamin C (L-ascorbic acid/Vitamin C (Ascorbinsäure)) | 90 mg 125% NRV |
| Sea buckthorn (<i>Hippophae rhamnoides</i>) fruit extract/Sanddornfruchtextrakt (<i>Hippophae rhamnoides</i>) | 78 mg |
| Red orange (<i>Citrus sinensis</i>) extract/Rote-Orange-Extrakt (<i>Citrus sinensis</i>) | 18 mg |
| Sodium hyaluronate/ Natriumhyaluronat | 10 mg |
| Rose apple (<i>Malus pumila</i>) fruit extract/Rosenapfel (<i>Malus pumila</i>) Fruchtextrakt 8 mg | 8 mg |
| Grapefruit Peel Essential Oil/Ätherisches Grapefruitschalenöl | 2 mg |
| Rice (<i>Oryza sativa</i>) bran/germ extract/Reiskleie-/Reiskeimextrakt (<i>Oryza sativa</i>) | 2 mg |
| Lemon Peel Essential Oil/Ätherisches Zitronenschalenöl | 1,50 mg |
| Nicotinamide adenine dinucleotide/ Nicotinamid-Adenin-Dinucleotid | 1 mg |
| Peppermint Leaf/Stem Essential Oil/Ätherisches Öl aus Pfefferminzblättern/-stielen | 0,70 mg |
| Ginger (<i>Zingiber officinale</i>) root essential oil/Ätherisches Ingwerwurzelöl (<i>Zingiber officinale</i>) | 0,60 mg |
| Cinnamon (<i>Cinnamomum zeylanicum</i>) bark essential oil/ Zimtrinde (<i>Cinnamomum zeylanicum</i>), ätherisches Öl | 0,15 mg |
| Biotin | 18 mcg 36% NRV |

Inhaltsstoffe: Fischkollagen, Emulgator (Akaziengummi), Trägermittel (Resistentes Dextrin/lösliche Tapiokafaser), Säureregulator (Zitronensäure), Bierhefe (*Saccharomyces cerevisiae*), Trägermittel (Calciumcarbonat), Geschmacksverstärker (Natriumgluconat), L-Ascorbinsäure, Sanddornfruchtextrakt (*Hippophae rhamnoides*), Natürliche Aromen, Süßungsmittel (Steviolglykoside aus Stevia), Rote-Trauben-Fruchtsaftkonzentrat, Traubenkernextrakt (*Vitis vinifera*), Stabilisatoren (Phospholipide, Fettsäuren), Extrakt aus roter Orange (*Citrus sinensis*), Natriumhyaluronat, Fruchtextrakt aus Rosenapfel (*Malus pumila*), Pflanzliche Fette, ätherisches Grapefruitschalenöl (*Citrus paradisi*), Reiskleie-/Reiskeimextrakt (*Oryza sativa*), ätherisches Zitronenschalenöl (*Citrus limon*), Farbstoff (Chlorophyllin), Nicotinamid-Adenin-Dinucleotid, Bioflavonoide aus Zitrusfruchten, ätherisches Pfefferminzöl (*Mentha piperita*) aus Blatt/Stiel, ätherisches Ingwerwurzelöl (*Zingiber officinale*), Farbstoff (Beta-Carotin), ätherisches Zimtrindenöl (*Cinnamomum zeylanicum*), Trennmittel (Siliciumdioxid), D-Biotin

MetaPWR™ Softgels

| Typical Values Per Serving Serving = 3 softgels | |
|--|--------|
| Grapefruit Peel Essential Oil | 150 mg |
| Lemon Peel Essential Oil | 110 mg |
| Peppermint Leaf/Stem Essential Oil | 45 mg |

Inhaltsstoffe: mittelkettige Triglyceride (Kokosnussöl), Stabilisator (modifizierte Tapiokastärke), ätherisches Grapefruitschalenöl (*Citrus paradisi*), ätherisches Zitronenschalenöl (*Citrus limon*), Stabilisator (Glycerin), ätherisches Pfefferminzöl (*Mentha piperita*) aus Blatt/Stiel, Aroma ätherisches Ingwerwurzelöl (*Zingiber officinale*), Stabilisator (Maltitsirup), Aroma ätherisches Zimtrindenöl (*Cinnamomum zeylanicum*)

MetaPWR™ Mito2Max™

| Supplement Facts Typical Values Per Serving Serving = 2 Capsules/ Typische Nährwerte pro Portion Portion = 2 Kapseln | |
|--|---------|
| Eriodictyon californicum Aerial Parts Extract/ Extrakt aus Luftteilen des Santakrauts (<i>Eriodictyon californicum</i>) 280 mg | 280 mg |
| Acetyl-L-carnitine HCl | 190 mg |
| Alpha Lipoic Acid/Alpha-Liponsäure | 50 mg |
| Coenzyme Q10 | 50 mg |
| Pyroloquinoline Quinone Disodium Salt/ Pyrolochinolinchinon-Dinatriumsalz | 20 mg |
| Quercetin (<i>Sophora japonica</i>) Bud Extract/Quercetin-Knospenextrakt (<i>Sophora japonica</i>) | 50 mg |
| Cordyceps Mycelium Powder/Cordyceps-Pilzpulver | 40 mg |
| Ginseng (<i>Panax quinquefolius</i>) Root Extract/ Ginsengwurzelextrakt (<i>Panax quinquefolius</i>) | 40 mg |
| Grapefruit (<i>Citrus paradisi</i>) Peel Essential Oil/Ätherisches Öl der Grapefruitschale (<i>Citrus paradisi</i>) | 2 mg |
| Lemon (<i>Citrus limon</i>) Peel Essential Oil/Ätherisches Öl der Zitronenschale (<i>Citrus limon</i>) | 1,5 mg |
| Peppermint (<i>Mentha piperita</i>) Aerial Parts Essential Oil/ Ätherisches Öl der oberirdischen Teile der Pfefferminze (<i>Mentha piperita</i>) | 0,65 mg |
| Pantothenic Acid/Pantothensäure | 6 mg |
| Manganese/Mangan | 2 mg |

Inhaltsstoffe: Extrakt aus den Luftteilen des Santakrauts (*Eriodictyon californicum*), Acetyl-L-Carnitin-HCl, Kapsel (Hydroxypropylmethylcellulose), Quercetin-Knospenextrakt (*Sophora japonica*), Coenzym Q10, Alpha-Liponsäure, Cordyceps-Pilzpulver, Ginsengwurzelextrakt (*Panax quinquefolius*), Emulgator (Stearinsäure), Pyrolochinolinchinon-Dinatriumsalz, Fullsto (mikrokristalline Cellulose), D-Calciumpantothemat, Trennmittel (Siliziumdioxid), Mangancitrat, ätherisches Grapefruitschalenöl (*Citrus paradisi*), ätherisches Zitronenschalenöl (*Citrus limon*), ätherisches Öl aus Luftteilen der Pfefferminze (*Mentha piperita*), ätherisches Ingwerwurzelöl (*Zingiber officinale*), ätherisches Zimtrindenöl (*Cinnamomum zeylanicum*).

Microplex VMz™

| Supplement Facts/Zusammensetzung Values Per 4 Capsules/Zusammensetzung pro 4 Kapseln: | NRV† | %RI* |
|---|----------|-------|
| Vitamin A | 2100 µg | 262% |
| Vitamin E | 200mg | 250% |
| Vitamin D | 20mcg | 400% |
| Vitamin C | 40 mg | 333% |
| Vitamin K1 | 20mcg | 27% |
| Thiamin (Vitamin B1) | 2.84 mg | 258% |
| Riboflavin (Vitamin B2) | 3.0mg | 214% |
| Niacin | 20mg | 125% |
| Vitamin B6 | 3.0 mg | 214% |
| Folate | 308mcg | 154% |
| Vitamin B12 | 7.2mcg | 288% |
| Biotin | 300 mcg | 600% |
| Panthenic Acid/Pantothensäure | 10mg | 167% |
| Calcium | 500mg | 63% |
| Iron/Eisen | 6.0 mg | 43% |
| Iodine/Jod | 25.0 mcg | 17% |
| Magnesium | 150mg | 40% |
| Manganese/Mangan | 0.50 mg | 0.10% |
| Zinc/Zink | 11.2 mg | 112% |
| Selenium/Selen | 52 mcg | 95% |
| Copper/Kupfer | 0.5 mg | 50% |
| Chromium/Crom | 36 µg | 90% |

Whole-Food Blend / Vollwert-Mischung: 75 mg

Kale (Brassica Oleracea Acephala) Leaf Powder / Gemusekohlpulver 22,5 mg**, Dandelion (Taraxacum O cinale) Leaf Powder / Löwenzahnpulver 13,5 mg**, Parsley (Petroselinum Crispum) Leaf Powder / Petersilienpulver 13,5 mg**, Broccoli (Brassica Oleracea Italica) Aerial Parts Powder / Brokkolipulver 5,5 mg**, Brussels Sprout (Brassica Oleracea Gemmifera) Powder / Rosenkohlpulver 5,5 mg**, Cabbage (Brassica Oleracea Capitata) Leaf Extract / Kohlpulver 5,5 mg**, Spinach (Spinacia Oleracea) Leaf Powder / Spinatpulver 5,5 mg**, Carrot (Daucus carota) Root Extract / Karottenwurzpulver 2,5 mg**

Active Enzyme Blend / Aktive Enzymmischung: 316 mg

Protease (from Aspergillus oryzae & Aspergillus niger) 95 BLGU, Lactase 150 ALU, Lipase 376 FIP./Protease (aus Aspergillus oryzae & Aspergillus niger) 95 BLGU, Lactase 150 ALU, Lipase 376 FIP, Amylase 451 DU, Protease (from Aspergillus oryzae) 3008 HUT, -Galactosidase 30 GalU, Diastase 38 DP./Amylase 451 DU, Protease (aus Aspergillus oryzae) 3008 HUT, -Galactosidase 30 GalU, Diastase 38 DP, Glucoamylase 1 AGU, Peptidase 120 HUT./Glucoamylase 1 AGU, Peptidase 120 HUT.

TT Blend / TT Mischung: 30 mg

Peppermint (Mentha piperita) Leaf extract/Pfefferminzblattextrakt (Mentha piperita) 10 mg**/Caraway (Carum carvi) Seed extract/Kümmelsamenextrakt (Carum carvi) 10 mg**/Ginger (Zingiber officinale) Rhizome extract/Ingwerwurzelextrakt (Zingiber officinale) 10 mg**

†Nutrient Reference Value. *Reference Intake. **NRV has not been established

Inhaltsstoffe: Calcium (Korallen), Überzugsmittel/Stabilisator: Hydroxypropylmethylcellulose, Magnesiumcitrat (Magnesium), Magnesiumcarbonat (Magnesium), Calciumascorbat (Vitamin C), Magnesiumascorbat (Vitamin C), Antiklumpmittel: Stearinsäure, D-Alpha-Tocopherol (Vitamin E), Trägermittel: modi zierte Speisestärke, Zink-Bisglycinat-Chelat (Zink), Trägermittel: Dicalciumphosphat, Eisen-Bisglycinat-Chelat (Eisen), Niacinamid (Niacin), Gemusekohlpulver (Brassica oleracea L. var. acephala), Trägermittel: Maltodextrin, Trägermittel: Siliziumdioxid, Amylase, Calcium-D-Pantothenat, Trägermittel: Zitronensäure, Löwenzahnpulver (Taraxacum o cinale), Petersilienpulver (Petroselinum crispum), Antiklumpmittel: Mikrokristalline Zellulose, Kümmelsamenextrakt, Ingwerwurzelextrakt, Pfefferminzblattextrakt, Protease, Trägermittel: (Reisdextrin, Erbsenstärke, Alginat), Kohlpulver (Brassica oleracea var. capitata), Brokkoli-Luftteile-Pulver (Brassica oleracea L. var. italica), unreifes Rosenkohl-In oreszenzen-Pulver (Brassica oleracea L. var. gemmifera), Spinatpulver (Spinacia oleracea L.), Beta-Carotin (Vitamin A), Trägerstoffe : Akaziengummi, Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B6), Thiaminmononitrat (Vitamin B1), Ribo avin, Manganbisglycinat-Chelat (Mangan), Trägerstoffe: (Modifizierte Speisestärke, Mannitol), Karottenpulver, Kupfer-Bisglycinat-Chelat (Kupfer), Trägermittel: Stärkenatriumoctenylsuccinat, Alpha-Galactosidase, Lactase, Sonnenblumenöl, Vitamin A-Palmitat, Protease, Antioxidationsmittel: Tocopherole, Trägermittel: Reismehl, 5-Methyltetrahydrofolat-Calcium (Folsäure), Trägermittel: Sucrose, Lipase, Beta-Glucanase (Cellulase), Diastase (Amylase), Palmolein, D-Biotin, Tocotrienole (Vitamin E), Cellulase, Trägermittel: Kokosöl, Chromchlorid (Chrom), Konservierungsmittel: Butyliertes Hydroxytoluol, Papain, Natriumselenit (Selen), gemischte Tocopherole (Vitamin E), Kaliumjodid (Jod), Konservierungsmittel: Natriumascorbat, Konservierungsmittel: Natriumbenzoat, Phytanadion (Vitamin K), Vitamin D3, Trägermittel: Sorbinsäure, Methylcobalamin (Vitamin B12)

On Guard™+ Softgels

Typical Values Per Softgel / Zusammensetzung (pro Tagesdosis = 1 Softgelkapsel):

| | |
|--|-------|
| Orange Peel Oil / Orangenschalenöl | 43 mg |
| Clove Bud Oil / Gewürznelkenöl | 28 mg |
| Black Pepper Oil / Pfefferöl (schwarz) | 22 mg |

Inhaltsstoffe: Natives Olivenöl extra, modifizierte Maisstärke, Orangenschalenöl (Citrus sinensis), Feuchthaltemittel (Glyzerin), Gewürznelkenknospennöl (Eugenia caryophyllus), Schwarzpfefferfruchtöl (Piper nigrum), Füllstoff (Maltit), Verdickungsmittel (Carrageen), Wasser, Aromen: Zimtblattöl (Cinnamomum zeylanicum), Zimtrindenöl (Cinnamomum zeylanicum), Eukalyptusblattöl (Eucalyptus globulus), Oreganoblattöl (Origanum vulgare), Rosmarinblattöl (Rosmarinus officinalis), Zitronenmelissenblattöl (Melissa officinalis)

PB Assist+™

| Supplement Facts | |
|--|------------------|
| Serving Size 1 Sachet | |
| Typical Values Per Serving | |
| Serving- 1 Sachet | |
| Fructooligosaccharides | 150 mg |
| Bifidobacterium lactis BS01 | 2.45 Billion AFU |
| Lactobacillus rhamnosus GG | 1.4 Billion AFU |
| Lactobacillus rhamnosus LR06 | 0.7 Billion AFU |
| Lactobacillus plantarum LP01 | 350 Million AFU |
| Lactobacillus plantarum LP02 | 350 Million AFU |
| Bifidobacterium breve BR03 | 350 Million AFU |
| Lactobacillus rhamnosus LR04 | 350 Million AFU |
| Bifidobacterium longum 04 | 350 Million AFU |
| Bifidobacterium breve B632 | 350 Million AFU |
| Bifidobacterium lactis BS05 | 140 Million AFU |
| Streptococcus thermophilus FP4 | 70 Million AFU |
| Lactobacillus reuteri LRE02 | 70 Million AFU |
| Lactobacillus salivarius subsp. salivarius CRL1328 | 70 Million AFU |

Inhaltsstoffe: Su.stoff (Xylit), Fructooligosaccharid, Geschmacksverstärker (Zitronensäure), Träger (Gummi arabicum), Überzugsmittel (Fettsäureglyceride), Bifidobacterium lactis BS01, Trennmittel (Siliziumdioxid), Lactobacillus rhamnosus GG, Lactobacillus rhamnosus LR06, Natürliches Aroma, Bifidobacterium breve B632, Bifidobacterium breve BR03, Bifidobacterium longum 04, Lactobacillus plantarum LP01, Lactobacillus plantarum LP02, Lactobacillus rhamnosus LR04, Bifidobacterium lactis BS05, Lactobacillus reuteri LRE02, Lactobacillus salivarius subsp. salivarius CRL1328, Streptococcus thermophilus FP4

PB Restore™

| Supplement Facts | |
|--|-------------------|
| Typical Values Per Serving, Serving = 1 Capsule | |
| Lactobacillus plantarum 14D | 3.15 Billion CFU, |
| Bidobacterium animalis ssp. lactis BLC1 | 3.01 Billion CFU, |
| Lactobacillus rhamnosus SP1 | 2.36 Billion CFU, |
| Lactobacillus paracasei IMC502 , | 1.97 Billion CFU |
| Lactobacillus paracasei NTU-101 , | 1.97 Billion CFU |
| Lactobacillus rhamnosus IMC501 , | 1.97 Billion CFU |
| Bidobacterium breveBbr8 | 395 Million CFU, |
| Lactobacillus acidophilus LA1 | 395 Million CFU, |
| Lactobacillus paracasei BGP2 | 395 Million CFU, |
| Lactobacillus rhamnosus LB21 | 395 Million CFU, |
| Bidobacterium animalis ssp. Lactis Bi1 | 195 Million CFU, |
| Lactobacillus acidophilus LA3 | 195 Million CFU, |
| Lactobacillus brevis SP48 | 195 Million CFU, |
| Lactobacillus delbrueckii ssp. Lactis LL82 | 195 Million CFU, |
| Lactobacillus rhamnosus CRL 1505 | 195 Million CFU, |
| Pediococcus acidilactici SP29 | 195 Million CFU, |
| Bidobacterium bidum SP9 | 100 Million CFU, |
| Lactobacillus casei BGP93 | 100 Million CFU, |
| Lactobacillus fermentum CS57 | 100 Million CFU, |
| Lactobacillus helveticus SP27 | 100 Million CFU, |
| Lactobacillus reuteri LR92 | 100 Million CFU, |
| Lactobacillus johnsonii SP72 | 100 Million CFU, |
| Bidobacterium longum ssp. Longum SP54 | 40 Million CFU, |
| Bidobacterium longum ssp. Infantis SP37 | 40 Million CFU, |
| Lactobacillus delbrueckii ssp. Bulgaricus LB2 | 40 Million CFU, |
| Lactobacillus crispatus SP28, | 40 Million CFU |
| Lactobacillus gasseri SP33 | 40 Million CFU, |
| Lactobacillus salivarius SP2 | 40 Million CFU, |
| Lactobacillus rhamnosus CRL1505 heat-inactivated | 10 mg, |
| Fructo-oligosaccharide | 50 mg |

Inhaltsstoffe: Stabilisator (Glycerin), Kapsel (Hydroxypropyl Methylcellulose), Fructooligosaccharid, Fullsto (mikrokristalline Cellulose), Stabilisator (Siliziumdioxid), Lactobacillus plantarum 14D, Bi dobacterium animalis ssp. lactis BLC1, Stabilisator (Guaran), Lactobacillus rhamnosus SP1, Lactobacillus paracasei IMC502, Lactobacillus paracasei NTU-101, Lactobacillus rhamnosus IMC501, Bi dobacterium breve Bbr8, Lactobacillus acidophilus LA1, Lactobacillus paracasei BGP2, Lactobacillus rhamnosus LB21, Lactobacillus rhamnosus CRL1505 hitzeinaktiviert, Bi dobacterium animalis ssp. Lactis Bi1, Lactobacillus acidophilus LA3, Lactobacillus brevis SP48, Lactobacillus delbrueckii ssp. Lactis LL82, Lactobacillus rhamnosus CRL 1505, Pediococcus acidilactici SP29, Überzugsmittel (Magnesiumstearat), Bi dobacterium bi dum SP9, Lactobacillus casei BGP93, Lactobacillus fermentum CS57, Lactobacillus helveticus SP27, Lactobacillus reuteri LR92, Lactobacillus johnsonii SP72, Farbsto (Natrium-Kupfer-Chlorophyllin), Bi dobacterium longum ssp. Infantis SP37, Bi dobacterium longum ssp. Longum SP54, Lactobacillus crispatus SP28, Lactobacillus delbrueckii ssp. Bulgaricus LB2, Lactobacillus gasseri SP33, Lactobacillus salivarius SP2

Serenity™ Softgels

| Typical Values Per Softgel / Zusammensetzung (pro Tagesdosis = 1 Softgelkapsel): | |
|--|---------|
| Lavender Oil / Lavendelöl | 80 mg |
| L-Theanine / L-Theanin | 50 mg* |
| Lemon Balm (Melissa officinalis) Extract / Zitronenmelissenextrakt (Melissa officinalis) | 3.1 mg* |
| Passion Flower (Passiflora) Extract / Passionsblumenextrakt (Passiflora) | 2.3 mg* |

*RI: Reference Intake/Referenzmenge

Inhaltsstoffe: Natives Olivenöl extra, Aroma: Lavendelöl aus Blüte/Blatt/Stiel (Lavandula angustifolia), modifizierte Stärke, L-Theanin, Feuchthaltemittel (Glycerin), Verdickungsmittel (Carrageen), Füllstoff (Maltit), Wasser, Füllstoff (Maltodextrin), Emulgator (Sonnenblumenlecithin), Füllstoff (Gummi Arabicum), Antiklumpmittel (Siliziumdioxid (nano)), Zitronenmelissenextrakt aus Blatt und Stiel (Melissa officinalis), Passionsblumenkrautextrakt (Passiflora incarnata), Kamillenblütenextrakt (Matricaria recutita)

Terrazyme™ Capsules

| Supplement Facts/Zusammensetzung Typical Values Per Serving. Serving = 3 Capsules/Durchschnittliche Zusammensetzung pro Portion. Portion = 3 Kapseln | |
|--|--------|
| TerraZyme Plant Extract Blend/ TerraZyme Pflanzenextraktmischung | 78 mg |
| Peppermint leaf extract/Extrakt aus Pfefferminzblättern, Caraway seed extract/Kümmelextrakt, Ginger root extract/Ingwerwurzelextrakt, | |
| Enzyme Blend/Enzym-Mischung: | 340 mg |

Fungal amylase/Pilz-Amylase, Fungal Protease/Pilz-Protease, Betaine HCL/Betain HCL, Lactase, alpha-Galactosidase/Laktase, Alpha-Galaktosidase, Protease, Lipase, Cellulase, Papain, Diastase, Beta-Glucanase

Inhaltsstoffe: Hydroxypropylmethylcellulose, Amylase, Trennmittel (Mikrokristalline Cellulose), Protease, Reisdextrin, Maltodextrin, Betain, Pfefferminzblattextrakt (Mentha piperita), Trennmittel (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Siliziumdioxid), Kümmelsamenextrakt (Carum carvi), Alpha-Galactosidase, Lactase, Ingwerwurzelextrakt (Zingiber officinale), Lipase, Cellulase, Beta-Glucanase, Diastase (Aspergillus oryzae), Papain.

TriEase™ Solfgels

| Typical Values Per Softgel / Zusammensetzung (pro Tagesdosis = 1 Softgelkapsel) | |
|---|--------|
| Lemon Peel Essential Oil / Zitronenschalenöl | 100 mg |
| Lavender Flower/Leaf/Stem Essential Oil / Lavendelöl aus Blüte/Blatt/Stiel | 100 mg |
| Peppermint Flower/Leaf/Stem Essential Oil / Pfefferminzöl aus Blüte/Blatt/Stiel | 100 mg |

Inhaltsstoffe: Zitronenschalenöl (Citrus limon), Lavendelblüten-/ -blatt- / -stielöl (Lavandula angustifolia), Pfefferminzöl (Mentha piperita) aus Blüte/Blatt/Stiel, modifizierte Stärke, Feuchthaltemittel (Glycerol), Verdickungsmittel (Carrageen), Wasser, Füllstoff (Maltit).

Turmeric Capsules

| Supplement Facts/Fakten zur Ergänzung Typical Values Per Serving. Serving = 2 Capsules/Durchschnittliche Zusammensetzung pro Portion. Portion = 2 Kapseln | |
|---|----------|
| Amount Per Serving/Menge pro Portion | %DV |
| Turmeric Essential Oil/Ätherisches Kurkumaöl | 160 mg** |
| Turmeric Extract/Kurkumaextrakt | 300 mg** |
| of which Curcuminoids/davon Curcuminoide | 120 mg** |

**Daily Value (DV) not established/Tageswert (DV) nicht ermittelt.

Inhaltsstoffe: Natives Olivenöl extra, Kurkuma-Wurzelextrakt (Curcuma longa), Überzugsmittel (Hydroxypropylmethylcellulose), ätherisches Kurkumawurzelöl (Curcuma longa), Antiklumpmittel (Siliziumdioxid, Magnesiumstearat)

Vanilla Protein Powder

| Nutrition Information/Nährwertangaben | Per Serving 4 Tbls./Pro Portion (4 Esslöffel)/ | | Reference Intake Per 100g/Referenzeinnahmewert pro 100g/ |
|--|--|-----|--|
| Energy/Energie | 546 kJ/130 kcal | 7% | 1708 kJ/405 kcal |
| Fat/Fett | 2.8 g | 4% | 8.8 g |
| Of which is Saturates/davon gesättigte | 0.6 g | 3% | 1.9 g |
| Carbohydrates/Kohlenhydrate/ | 1.1 g | 0% | 3.4 g |
| Of which is Sugars/davon Zucker | 0 g | 0% | 0 g |
| Protein | 24 g | 48% | 76 g |
| Salt/Salz | 1.6 g | 27% | 5 g |

Inhaltsstoffe: Erbsenproteinisolat (*Pisum sativum*), Gummi Arabicum, Kichererbsenproteinkonzentrat (*Cicer arietinum*), Kartoffelproteinisolat (*Solanum Tuberosum*), Reisproteinkonzentrat (*Oryza sativa*), mittelkettige Triglyceride in Pulverform, Natriumchlorid, Steviolglycoside (Reb-M), natürliches Vanillearoma, natürliches Kakaoaroma.

Zendocrine™ Capsules

| Supplement Facts/Zusammensetzung Typical Values Per Serving Serving = 2 Capsules/ Durchschnittliche Zusammensetzung pro Portion Portion = 2 Kapseln | |
|--|--------|
| Zendocrine Complex Plant Extract Blend/ Zendocrine Complex-Pflanzenextraktmischung | 470 mg |
| Enzyme Blend/Enzym-Mischung: | 30 mg |

Ispaghul (*Plantago ovata*) husk powder/Flohsamenpulver (*Plantago ovata*)/ Acacia (*Acacia seyal*) gum/Akaziengummi (*Acacia seyal*)/ Clove (*Syzygium aromaticum*) flower extract/Gewürznelkenextrakt (*Syzygium aromaticum*)/ Red clover (*Trifolium pratense*) aerial parts extract/Rotkleeeextrakt (*Trifolium pratense*, Luftteile)/Angelica sinensis root extract/Angelica sinensis- Wurzelextrakt/Marshmallow (*Althaea officinalis*) root extract/Eibischwurzelextrakt (*Althaea officinalis*)/Garlic (*Allium sativum*) bulb extract/ Knoblauchextrakt (*Allium sativum*)/ Artichoke (*Cynara scolymus*) leaf extract/ Artischockenblattextrakt (*Cynara scolymus*)/Burdock (*Arctium lappa*) root extract/ Klettenwurzelextrakt (*Arctium lappa*)/Yeast (*Saccharomyces cerevisiae*)/ Hefe (*Saccharomyces cerevisiae*)/Kelp (*Ascophyllum nodosum*) leaf extract/Knotentangblattextrakt (*Ascophyllum nodosum*)/Dandelion (*Asteraceae taraxacum*) root extract/Löwenzahnwurzelextrakt (*Asteraceae taraxacum*)

Inhaltsstoffe: Überzugsmittel (Hydroxypropylmethylcellulose), Flohsamenpulver (*Plantago ovata*), Fullsto (Maltodextrin), Akaziengummi (*Acacia seyal*), Trennmittel (Mikrokristalline Cellulose), Gewürznelkenextrakt (*Syzygium aromaticum*), Rotkleeeextrakt (*Trifolium pratense*, Luftteile), Angelica sinensis-Wurzelextrakt, Eibischwurzelextrakt (*Althaea officinalis*), Knoblauchextrakt (*Allium sativum*), Artischockenblatt-Extrakt (*Cynara scolymus*), Klettenwurzelextrakt (*Arctium lappa*), Amylase (*Aspergillus oryzae*), Hefe (*Saccharomyces cerevisiae*), Knotentangblattextrakt (*Ascophyllum nodosum*), Trennmittel (Siliciumdioxid), Löwenzahnwurzelextrakt (*Asteraceae taraxacum*), Magnesiumstearat, Cellulase (*Aspergillus niger*), Magnesiumsulfat, Mangansulfat

Zendocrine™ Softgels

| Typical Values Per Softgel / Zusammensetzung (pro Tagesdosis = 1 Softgelkapsel): | |
|--|-------|
| Tangerine Oil / Mandarinenschalenöl | 42 mg |
| Geranium Oil / Pelargonienöl | 36 mg |
| Juniper Berry Oil / Wacholderbeerenöl | 2 mg |

Inhaltsstoffe: Natives Olivenöl extra, modifizierte Stärke, Mandarinenschalenöl, Feuchthaltemittel (Glycerin), Rosmarinöl (Blätter+Blüten), Pelargonienöl (Pelargonium Graveolens), Verdickungsmittel (Carrageen), Wasser, Füllstoff (Maltit), Wachholderbeerenöl, Korianderblätteröl

xEO Mega

| Nutrition Facts/Zusammensetzung (pro Tagesdosis = 4 Softgelkapseln) Each Capsule Contains / Eine Weichkapsel enthält: | % NRV† |
|---|-------------|
| Vitamin A | 600mcg 75% |
| Vitamin D | 10 mcg 200% |
| Fish Oil/Fischöl | 900mg |
| EPA (Eicosapentaenoic Acid)/EPA (Eicosapentaensäure) | 300mg |
| DHA (Docosahexaenoic Acid)/DHA (Docosahexaensäure) | 300mg |
| Echium (<i>Echium plantagineum</i>) Seed Oil/ Echiumsamenöl (<i>Echium plantagineum</i>) | 200mg |
| Grape (<i>Vitis vinifera</i>) Seed Oil/Traubenkernöl (<i>Vitis vinifera</i>) | 50mg |
| Astaxanthin (<i>Haematococcus pluvialis</i>) Oleoresin/ Astaxanthin (<i>Haematococcus pluvialis</i>) Oleoresin | 1mg |
| Tomato Fruit Extract/Tomatenfruchtextrakt | 17mg |
| Providing/enthält: Lycopene/Lycopin | 1mg |
| Marigold Extract/Ringelblumenextrakt | 3.4 mg |
| Providing/enthält: Lutein/Lutein | 3mg |
| Paprika Fruit Extract/Paprikafruchtextrakt | 1.2mg |
| Providing/enthält: Zeaxanthin | 1mg |

"Inhaltsstoffe: Fischöl, Stabilisator (modifizierte Stärke), Echiumsamenöl (*Echium plantagineum*), Emulgator (Glyzerol), Stabilisator (Maltitolsterin), Verdickungsmittel (Carrageen), Wasser, Antioxidationsmittel (stark tocopherolhaltiger Extrakt), Traubenkernöl (*Vitis vinifera*), Sonnenblumenöl, Gewürznelkenknospenöl (*Eugenia caryophyllus*), Weihrauchharzöl (*Boswellia carterii*), Tomatenfruchtextrakt (*Lycopersicon esculentum*), Thymianblüten-/blatt-/stielöl (*Thymus vulgaris*), Kreuzkummelsamenöl (*Cuminum cyminum*), Pfe erminzblüten-/blatt-/stielöl (*Mentha piperita*), Orangenschalenöl (*Citrus sinensis*), Färberdistelöl, Ingwerwurzelöl (*Zingiber officinale*), Kümmelsamenöl (*Carum Carvi*), Rapsöl, Astaxanthin, natives Olivenöl extra, Ringelblumen-Oleoresin Extrakt (*Tagetes erecta*), Beta-Carotin, Paprikafruchtextrakt (*Capsicum annum*), Echte Kamille-Blüten-/blatt-/stielöl (*Matricaria chamomilla*), Maiskeimöl, Antioxidationsmittel (Ascorbinsäure, Rosmarinblattextrakt), Cholecalciferol (Vitamin D).

dōTERRA™

pursue what's **pure**



@doterraeuropecorporate



@doterraeurope
@doterraeubusiness



dōTERRA Essential Oils Europe

Alle Wörter, die als eingetragene Marke gekennzeichnet sind, sind eingetragene Marken der dōTERRA Holdings.

dōTERRA UK Office, Altius House, 1 North Fourth Street, Milton Keynes, MK9 1DG, United Kingdom | doterra.eu
dōTERRA Global Limited, 32 Molesworth Street, Dublin 2, Ireland

©2024 dōTERRA Holdings LLC | doterra.eu | Supplement Guide | DE | 03102024