



РОМАН ПАНФИЛОВ:

МОЙ ПУТЬ

# РОМАН ПАНФИЛОВ: МОЙ ПУТЬ

- ▶ С детства болел, должен был умереть в 17.
- ▶ Изучил на себе разные системы оздоровления.
- ▶ Сформировал свою систему питания и оздоровления.
- ▶ Начал помогать ближайшему кругу достичь здоровья и высокого уровня энергии.
- ▶ Понял свою миссию.



РОМАН ПАНФИЛОВ:

МИССИЯ

# РОМАН ПАНФИЛОВ: МИССИЯ

- ▶ Что Вы хотите изменить в своей жизни?
- ▶ Как Вы к этому пришли?

# Что вы из этих продуктов употребляете часто или каждый день?

- ▶ СОЛЬ
- ▶ САХАР
- ▶ МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ
- ▶ КАРТОФЕЛЬ
- ▶ БОБОВЫЕ
- ▶ ЗЕРНОВЫЕ
- ▶ ГОВЯДИНА И КУРИЦА
- ▶ КОФЕ И ПАКЕТИРОВАННЫЕ ЧАИ

**ЭТО ВСЁ СТОП-ПРОДУКТЫ!**

# ЧЕМ МОЖНО ЗАМЕНИТЬ:

- ▶ СОЛЬ
- ▶ САХАР
- ▶ МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ
- ▶ КАРТОФЕЛЬ
- ▶ БОБОВЫЕ
- ▶ ЗЕРНОВЫЕ
- ▶ ГОВЯДИНА И КУРИЦА
- ▶ КОФЕ И ПАКЕТИРОВАННЫЕ ЧАИ

- ▶ .
- ▶ Мёд и лимон.
- ▶ .
- ▶ .
- ▶ .
- ▶ .
- ▶ Рыба.
- ▶ .

# ВОДА И ЖИДКОСТИ

- ▶ ВЫ НАВЕРНЯКА СЛЫШАЛИ, ЧТО НУЖНО ПИТЬ НЕ МЕНЕЕ 2Х ЛИТРОВ В ДЕНЬ?
- ▶ ЧТО ТАКОЕ ОВП?



# ЧТО ЕЩЁ КРОМЕ ЕДЫ?

- ▶ БАННЫЙ РИТУАЛ
- ▶ МАССАЖ
- ▶ ЧИСТКИ



# ИТОГ:

- ▶ ЧТО ВЫ СЕГОДНЯ УЗНАЛИ?
- ▶ ЧТО БЫЛО ДЛЯ ВАС САМЫМ ИНТЕРЕСНЫМ И ЗАПОМИНАЮЩИМСЯ?

# ЧТО МОЖНО НАЧАТЬ ДЕЛАТЬ УЖЕ СЕЙЧАС?

- ▶ ПОСЛЕДНИЙ ПРИЁМ ПИЩИ ДО 18:00
- ▶ ПОСЛЕ 15:00 ПИТЬ ТРАВЯНЫЕ ЧАИ И ПИХТОВЫЙ НАПИТОК ВМЕСТО ВОДЫ
- ▶ БАННЫЕ ПРОЦЕДУРЫ ЕЖЕНЕДЕЛЬНО МИНИМУМ ПО 3 ЧАСА

# ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ:

- ▶ НАСКОЛЬКО ПО 10 БАЛЛЬНОЙ ШКАЛЕ ВАМ  
БЫЛО ПОЛЕЗНО?
- ▶ ЧТО МОЖНО БЫЛО БЫ УЛУЧШИТЬ?