

BONVITA kann ich nur empfehlen



„Dank Bonvita Treffpunkt Wunschgewicht fällt mir das Treppensteigen jetzt viel leichter und ich fühle mich in meiner gewohnten Umgebung wieder richtig wohl.“

Maria König, Rentnerin aus Fulda



„Ich bin oft lange im Auto unterwegs - Folge: unregelmäßiges Essen und wenig Bewegung. Als meine Frau mich eindringlich warnte, ich müsste abnehmen, habe ich etwas unkompliziertes gesucht, das ich auch unterwegs durchhalte. Ich war begeistert, meine Frau auch.“

Martin Schmidt, Immobilienberater



„Ich hatte schon viel probiert, doch leider ohne Erfolg. Mit Bonvita konnte ich weiter für die Familie kochen und trotzdem meine Diät einhalten. Auch einen Frauenabend mit leckerem Essen kann ich einrichten. Und die Lieblingsjeans passt wieder.“

Anna Engler, Bürokauffrau und Mutter

Sie haben Fragen zur Diät oder zu unserem Konzept?

Bitte wenden Sie sich an Ihre Ernährungsberaterin vor Ort** oder an unsere Hotline unter 0800/266 84 82.



CLASSIC • FLEXIBEL • BALANCE
das neue Bonvita-Konzept



NEU

*Nicht ärgern...
...ändern!*

Gruppentreffen in Langen

Immer Donnerstags: 18.30 Uhr

Gaststätte Friedrichs, Nordeschweg 52

27607 Langen

Ute Ehlers

Telefon: 04743 63 08

E-Mail: u.ehlers@bonvita.eu

www.ihre-erfolgs-chance.de

Bonvita GmbH

Oberhausener Str. 4
D-57234 Wilnsdorf

Tel.: +49 (0) 27 39/47 92-0

Fax: +49 (0) 27 39/47 92-47

www.bonvita.eu

** für einige Standorte suchen wir noch engagierte Ernährungsberater/innen.
Wir bilden Sie aus! Nähere Infos unter: www.ichwerdeernährungsberater.eu

bonvita
Treffpunkt Wunschgewicht

WAS IST FÜR SIE RICHTIG?

Bonvita Treffpunkt Wunschgewicht ist ein bewährtes, erfolgreiches Diätkonzept mit kompetenter Ernährungsberatung, das mit abwechslungsreichen, hochwertigen Lebensmitteln und Bewegungsempfehlungen eine effektive Gewichtsreduktion ermöglicht. Die Zubereitung der Speisen ist einfach und schnell. Im Programm Bonvita Classic sichern 5 Diätportionen pro Tag eine optimale Versorgung mit allen wichtigen Nähr- und Vitalstoffen gemäß § 14 a der Deutschen Diätverordnung. Auch die Programme Bonvita flexibel und Bonvita Balance helfen Ihnen effektiv bei einer schlankheitsbewussten Ernährung.

bonvita Classic

Sie sind der zielstrebige, konsequente Typ und möchten schnelle Erfolge sehen?

Dann ist unser Classic-Programm das Richtige für Sie! 5-mal am Tag eine leckere Bonvita-Diätmahlzeit nach Ihrem Geschmack und mindestens 2 l kalorienfreie bzw. -arme Getränke – so lange bis Sie Ihr Wunschgewicht erreicht haben.

bonvita flexibel

Sie möchten zügig abnehmen und auch mal flexibel sein innerhalb der Diät? Dann ist unser Flexibel-Programm das Richtige für Sie!

Pro Tag 4 Bonvita-Mahlzeiten plus eine freie Mahlzeit (max. 350 kcal) und mindestens 2 l kalorienfreie bzw. -arme Getränke – so lange bis Sie Ihr Wunschgewicht erreicht haben.

bonvita Balance

Bei Ihnen steht die Gewichtsabnahme nicht unbedingt im Vordergrund. Sie möchten sich figurbewusst ernähren und die eine oder andere Mahlzeit durch eine kalorienbewusstere austauschen.

Wählen Sie nach Belieben:

- als Ausgleich für kleine Sünden
- ein Schokoriegel zum Naschen
- schnelle Küche im Berufsalltag
- als Zwischenmahlzeit vor oder nach dem Sport
- der Pausensnack in Schule und Beruf

LEBENSMITTELVIELFALT

So könnte Ihre erste Woche aussehen:



Woche 1	Morgens	Vormittags	Mittags	Nachmittags	Abends
Tag 1	Erdbeer-Müsli	Vanille-Milch-Shake	Tomaten-Suppe	Müsli-Riegel-Erdbeer	Pasta Gusto
Tag 2	Schoko-Müsli	Waldbeeren-Creme	Reis Mexico	Kokos-Riegel	Kartoffel-Suppe
Tag 3	Exotic-Müsli	Schoko-Milch-Shake	Käse-Omelett	Schoko-Kekse	Kartoffel-Püree
Tag 4**	Erdbeer-Müsli	Müsli-Riegel-Aprikose	Sondermahlzeit*	Toffee-Riegel	Curry-Lauch-Suppe
Tag 5	Früchte-Müsli	Kaffee-Creme	Frühlings-Suppe	Knusper-Riegel	Pasta Pikante
Tag 6	Schoko-Müsli	Marzipan-Riegel	Pasta Funghi	Erdbeer-Joghurt-Creme	Spargel-creme-Suppe
Tag 7	Exotic-Müsli	Creme-Toscana	Pasta Broccoli	Karamell-Riegel	Gulasch-Suppe



Süß oder herzhaft - Für jeden Geschmack ist was dabei:

Herzhafte Lebensmittel:

- Herzhafte Pasta-, Reis- und Kartoffelgerichte
- Vollkornbrot mit Aufstrichen
- reichhaltige Suppenauswahl
- Omeletts
- herzhafte Snacks
- Schlemmergerichte

Süße Lebensmittel:

- Verschiedene Schokoriegel
- Kekse
- Müsliriegel
- Müslivarianten
- Cremespeisen
- Shakes

**Tag 4 ist ein Beispiel-Tag für Bonvita flexibel mit einer Austauschmahlzeit bis 350 kcal.

IHRE VORTEILE auf einen Blick

- Sie **sparen Zeit** durch die schnelle Zubereitung der einzelnen Mahlzeiten (max. 5 Minuten)
- Sie **sparen Nerven**, da kein aufwendiger Einkauf nötig ist
- **Fühlen Sie sich wohl** Dank optimaler Nährstoffversorgung gemäß § 14 a Diätverordnung
- Sie **vermeiden eintöniges Essen** durch abwechslungsreiche Vielfalt
- Sie **variieren individuell**, je nach persönlicher Lebenssituation
- Sie können **Heißhungerattacken verhindern** durch süße Schlemmereien oder herzhafte Snacks
- Sie essen **5 Mal am Tag**
- Sie profitieren durch **kompetente Beratung**

ERFÜLLT PARAGRAF 14a DDMUN
Diät-Produkt!
23 Vitamine
+ Mineralstoffe
DER DIÄTVERORDNUNG

§ 14 a der Diätverordnung (Lebensmittelgesetz)

§ 14 a der Diätverordnung (Diät-VO) ist Bestandteil des deutschen Lebensmittelgesetzes und beschreibt, welche Inhaltsstoffe in welcher Menge in Diätlebensmitteln enthalten sein dürfen bzw. müssen. Die Diätlebensmittel von Bonvita Treffpunkt Wunschgewicht entsprechen den strengen Richtlinien des § 14 a Diät-VO.

Das bedeutet für Sie, dass 5 Diätportionen aus dem Sortiment von Bonvita Treffpunkt Wunschgewicht Sie während der Zeit des Abnehmens mit allen Nährstoffen z. B. hochwertiges Eiweiß, Vitamin C, Magnesium usw. in angemessener Menge versorgen.