



**TIENS**

TIENS Lifestyle Programm



# TIENS Lifestyle Programm





## TIENS Lifestyle Programm

Zwei neue Produkte **Carb Blocker** und **Capsilite** mit innovativer Formel und traditionellen chinesischen Komponenten wie chinesische weiße **Kidney Bohne** (*Phaseolus vulgaris*) und **Chili** in Kombination mit **Chitosan** bilden die Basis des TIENS Lifestyle Programms:





# Carb Blocker - Weißes Kidneybohnen-Extrakt



Produktinformationen:  
Weißes Kidneybohnen-Extrakt (Phaseolus vulgaris)  
Wasserfreies Koffein  
Ascorbinsäure (Vitamin C)

## Weißer Kidneybohne

*Die Bohne ist ein sehr altes Lebensmittel. Bereits bei Dioskurides wurde der Gattungsname "Phaseolus" gebraucht, was soviel bedeutet wie "leichtes, oder schnelles Boot". Wahrscheinlich ist die Bezeichnung auf die äußere Form der Bohne zurückzuführen.*

*Die Bohne weist eine Vielzahl an gesundheitsfördernden Eigenschaften auf. Neueste Forschungen erweitern die bisher bekannten Erkenntnisse um die Wirkung eines Phytostoffes aus der Bohne, nämlich dem „Phaseolamin“, das ganz erstaunliche neue Aspekte bei der Behandlung von Übergewicht und Diabetes offenbart.*

## Wirkung:

Die weiße Kidneybohne ist ein Vitalstoffspender besonderer Art. Ihr Hauptwirkstoff ist das Phaseolamin. Phaseolamin ist ein ausgesprochen wirksamer Stärkeblocker oder Kohlenhydrat-Blocker. Die weiße Kidneybohne hemmt mit Hilfe dieses Kohlenhydrat-Blockers (Phaseolamin) die Wirkung des Verdauungsenzymes Alpha-Amylase, welches die Kohlenhydrate in unserem Verdauungstrakt aufspaltet (verdaut). Durch das Blockieren des Enzyms Alpha-Amylase wird die unverdaute Stärke (Kohlenhydrate) und die entsprechenden Kalorien einfach ausgeschieden. Dies hilft Ihnen, die Einnahme von Stärkekalorien aus der Nahrung zu reduzieren und erlaubt Ihnen gleichzeitig, stärkehaltige Nahrung zu sich zu nehmen, während Sie Gewicht verlieren.

So unterstützt Sie Tiens Carb Blocker dabei, Ihren Gewichtsverlust langfristig zu reduzieren und zu halten.

Um ein optimales Ergebnis zu erzielen, sollte das Extrakt aus der weißen Kidneybohne am besten gleichzeitig oder kurz vor dem Essen (15 Minuten) eingenommen werden. Wichtig dabei ist, zu wissen, dass das Extrakt aus der weißen Kidneybohne nur die Verdauung von Kohlenhydraten, aber nicht die Verdauung von Fett und Zucker hemmt. Aus diesem Grund ist eine ausgewogene Diät (wie z.B. fettreduzierte Ernährung) absolut notwendig, um sich fit zu fühlen und Ihrer Gesundheit nicht zu schaden.



Außerdem hemmt das Extrakt aus der weißen Kidneybohne nur einen Teil der Kohlenhydrate, die Sie zu sich nehmen. Daher ist eine erfolgreiche Gewichtsreduzierung nur dann möglich, wenn man bewusst die Einnahme von großen Kohlenhydrat-Mengen vermeidet.

Das Extrakt aus der weißen Kidneybohne unterstützt Sie dabei, Ihr optimales Gewicht langfristig und auf natürliche Weise zu halten oder gesund abzunehmen. Es ist zur Zeit der beste natürliche Stärkenblocker weltweit.

Keineswegs ist es ein Wundermittel für schnelles Abnehmen, sondern ein natürlicher Blocker, der langfristig aber effektiv wirkt.

Forschungsergebnisse der UCLA (University of California in Los Angeles) bestätigen, dass das Extrakt aus der weißen Kidneybohne die Aufspaltung von Kohlenhydraten in Zuckermoleküle bei der Verdauung hemmt. Unsere Verdauungsenzyme funktionieren nach dem Prinzip einer Schere: Kohlenhydrate werden in Zuckermoleküle zerkleinert. Phaseolus vulgaris verhindert diesen Prozess. Die Kohlenhydrate werden, ähnlich wie Ballaststoffe, vom Körper unverdaut ausgeschieden. Die Teilnehmer der klinischen Studien von UCLA konnten den Verlust von Fett, jedoch nicht von Muskelmasse feststellen.

## Wasserfreies Koffein

Wasserfreies Koffein ist ein weiterer Bestandteil des Produktes Carb Blocker. Wasserfreies Koffein wird vom Körper viel schneller aufgenommen als eine Tasse Kaffee. Menschen, die eine Diät machen, fehlt es manchmal an Energie, um durch den Tag zu kommen. Koffein ist daher eine optimale Lösung mit schneller und effektiver Wirkung, die fehlende Energie ganz ohne Kalorien zu liefern.

Eine Tablette mit wasserfreiem Koffein gleicht der Wirkung einer Tasse Kaffee. Dabei kann sich die Koffein-Konzentration von beiden jedoch unterscheiden.

### Carb-Blocker



Hemmt die Aufspaltung von Kohlenhydraten in Zuckermoleküle



Hilft bei der Reduzierung des glykämischen Index und ist daher als alternative Behandlung für Diabetiker geeignet



Kein Verlust von Muskelmasse (Quelle: 2007, International Journal of Medical Science)



Gut verträglich

## Stärke ist die Ursache von Übergewicht

*Stärke ist der Hauptbestandteil von vielen natürlichen Nahrungsmitteln einschließlich Getreide, Gemüse, Früchten, Brot, wie auch von vielen konservierten Nahrungsmitteln und Fast Food. Die empfohlene Nahrungsmenge eines Durchschnitts-Erwachsenen beinhaltet Stärkeanteile von 500 bis 700 Kalorien pro Tag. Viele Menschen, die regelmäßig über die Sättigung hinaus essen, konsumieren mehr als 1.500 Kalorien pro Tag an Stärke durch ihre Mahlzeiten. Dies übertrifft die empfohlene Menge bei weitem und ist mit ein Grund dafür, dass viele Menschen übergewichtig sind.*

*Wenn wir stärkehaltige Nahrungsmittel, wie z. B. Kartoffeln, Bohnen, Getreide, Teigwaren und Brot essen, sondert unsere Bauchspeicheldrüse Alpha-Amylase in unseren Darm ab. Alpha-Amylase ist ein Verdauungsenzym, das große, komplexe Stärkemoleküle in kleinere Einheiten, namens Dextrine (Stärkegummi), und weiter in Maltose (Malzzucker) aufspaltet (verdaut). Maltose wird sodann in Glukose (Traubenzucker) aufgespalten, die dann absorbiert wird. Die ursprünglichen großen Stärkemoleküle können dank des Phaseolamin-Enzym-Komplex des Tiens Carb Blockers nicht absorbiert werden. Ohne Blocker würden sie durch Alpha-Amylase aufgespalten, die kleineren Teile von unserem Körper aufgenommen und so schließlich zu leeren und dickmachenden Kalorien werden.*

### Dosierung



1 Kapsel mit Wasser, zwei Mal am Tag, 15 Minuten vor der Mahlzeit einnehmen



TIENS Lifestyle Programm



# Capsilite (Calorie Burner)- Extrakt aus Chilli und Pfeffer (Piperin)



## Capsaicin Extrakt

Capsaicin ist der aktive Wirkstoff aus getrockneten Früchten des Cayennepfeffers und Chili.

Das in Chili enthaltene Capsaicin sorgt nicht nur für einen scharfen Geschmack, sondern kurbelt auch die Fettverbrennung an. Der Effekt, der für die Fettschmelze verantwortlich ist, nennt sich Thermogenese. Durch manche Wirkstoffe lässt sich die Wärmeproduktion im Körper steigern und so werden zusätzliche Kalorien verbraucht.

Capsaicin steigert die Thermogenese um bis zu 25 Prozent. Neben der gesteigerten Thermogenese hat Chili aber noch weitere positive Eigenschaften, die bei der Gewichtskontrolle helfen können: Einer Studie aus Taiwan (Chung Hsing-Universität in Taichung, 2007) zufolge beugt Capsaicin dem Fettzellenwachstum vor, reduziert das Hungergefühl und heizt den Fettabbau an.

Weitere Vorteile: Capsaicin kurbelt den Stoffwechsel an und erhöht den Energieumsatz. Es sorgt auch dafür, dass die Sättigung früher einsetzt und der Insulinspiegel nicht zu steil ansteigt. Das Speicherhormon Insulin ist für die Einlagerung von Energie in die Kohlenhydrat- und Fettspeicher des Körpers zuständig. Je niedriger die Insulinkurve, desto schwieriger ist es für den Körper, Fettpolster anzulegen. So bleibt man leichter schlank.

Produktinformationen:  
Capsaicin Extrakt  
Wasserfreies Koffein  
Schwarzer Pfeffer Extrakt  
Nicotinamide (Vitamin B3)  
Lactose



# Schwarzer Pfeffer Extrakt

Schwarzer Pfeffer stimuliert die Magensekretion und regt den Stoffwechsel an, was zur erhöhten Fettverbrennung führt.

Studien zeigen, dass scharfes Essen den Stoffwechsel um 8 Prozent erhöht und uns dabei hilft, abzunehmen. Außerdem wirkt Pfeffer entzündungshemmend, schmerzlindernd und fördert die Verdauungsprozesse.

## Nicotinamid

Nicotinamid (Vitamin B3) unterstützt eine Reihe von biologischen Prozessen im Körper, darunter die Energiegewinnung und die Fettsäuresynthese. Es wirkt entzündungshemmend und hat Eigenschaften eines Antioxidans.

## Lactose

Lactose (auch Milchzucker, Sandzucker) ist ein in Milch und Milchprodukten in Mengen von 1,5–8 % enthaltener Zucker.

## Reismehl

Reismehl ist ein feines Mehl, das aus Langkornreis hergestellt wird.

### Capcilate

- ▶ verbrennt zusätzlich 287 Kalorien
- ▶ fördert Fett- und Kohlenhydrat-Oxidierung
- ▶ Gewichtsabnahme
- ▶ Verringert Heißhunger-Attacken
- ▶ Liefert mehr Energie und Ausdauer

## Die magische Zutat der chinesischen Küche

Der echte Pfeffer, Pfefferstrauch, schwarze Pfeffer oder kurz Pfeffer (*Piper nigrum*) ist eine Pflanzenart aus der Familie der Pfeffergewächse (*Piperaceae*). Ihre Früchte liefern ein durch das darin enthaltene Alkaloid Piperin scharf schmeckendes Gewürz.

*Piperin bringt unseren Körper bestens in Wallung: Der Scharfstoff wärmt nicht nur wunderbar von innen heraus, sondern er erhöht auch den Speichelfluss und damit die Produktion der Magensäfte, weil sich im Speichel ja bekanntlich eine ganze Menge verdauungsfördernde Enzyme befinden. Außerdem wirkt Piperin auch noch antimikrobiell. Gelegentlich wird es deshalb zur Unterstützung einer Fastenkur eingenommen.*

*Die Sichuan-Küche ist für ihre scharfen Gerichte bekannt. Sichuan Pfeffer und Chilli sind beliebte Zutaten für viele Gerichte.*

### Dosierung

- ▶ 1 Kapsel, 30-60 Minuten vor dem Sport mit Wasser einnehmen
- ▶ oder 1 Kapsel mit Wasser vor dem Frühstück an sportfreien Tagen einnehmen





**TIENS**

TIENS Lifestyle Programm

