

# dōTERRA™ 30-TAGE-REINIGUNG

Das 30-Tage-Reinigungsprogramm von dōTERRA ist ein großartiger Ausgangspunkt für Ihre dōTERRA-Reise. Das Programm gliedert sich in drei Phasen: **Activate, Reset, Renew**. Unten finden Sie einen Zeitplan. Dieser soll Ihnen verdeutlichen, welche Produkte Sie während der ganzen Programmdauer (Tage 1–30) und welche sie in den einzelnen Phasen anwenden können. Je mehr Sie sich mit den Produkten vertraut machen, desto stärker können Sie dieses Programm an Ihre speziellen Bedürfnisse anpassen.

## TAGE 1–30



### xEO Mega™

xEO Mega™ ist eine revolutionäre Formel, die ätherische CPTG™-Öle mit marinen Omega-Fettsäuren und Carotinoiden kombiniert. Sie enthält EPA und DHA, die zur normalen Funktion des Herzens beitragen.



### Microplex VMz™

Diese Rezeptur enthält eine ausgewogene Mischung der essentiellen Vitamine A, C und E und einen B-Vitamin-Komplex. Microplex VMz™ beinhaltet außerdem chelatierte Mineralien wie Calcium, Magnesium und Zink.



### Alpha CRS™+

Alpha CRS™+ zeichnet sich durch eine geschützte Mischung aus, die nur bei dōTERRA erhältlich ist und wirkungsvolle Polyphenole sowie natürliche Pflanzenextrakte enthält.



### Terrazyme™

Terrazyme™ ist eine geschützte Kombination von Enzymen, die in unserer modernen Ernährung gern zu kurz kommen. TerraZyme hilft Ihnen, von den Vorteilen einer gesunden Ernährung zu profitieren, indem es dazu beiträgt, dass Ihr Körper die Nährstoffe erhält, die er braucht.



### Zendocrine™ Komplex

Der dōTERRA Zendocrine™ Komplex enthält eine geschützte Mischung aus Vollwertextrakten, die so formuliert wurde, dass sie dem Körper mit Hilfe eines patentierten Enzymabgabesystems bereitgestellt wird.



### Lemon (Zitrone)

Lemon (Zitrone), eines der meistverkauften ätherischen Öle von dōTERRA und bietet unzählige Vorteile und Anwendungsmöglichkeiten. Dies ist eine wunderbare Ergänzung für die 30-Tage-Reinigung.

- Geben Sie 5x täglich 2 Tropfen in 240ml Wasser, also insgesamt 10 Tropfen.

## TAGE 1–10 ACTIVATE



### Zendocrine™ Softgels

Zendocrine™ Softgels enthalten die Zendocrine Mischung für den Neubeginn, eine geschützte Mischung aus den ätherischen Ölen Tangerine (Mandarine), Rosemary (Rosmarin), Geranium (Geranie), Juniper Berry (Wacholderbeere) und Cilantro (Korianderkraut).

## TAGE 11–20 RESET



### GX Assist™

GX Assist™ ist eine Kombination aus ätherischen CPTG™ Ölen von garantiert reiner, geprüfter Qualität und Caprylsäure. GX Assist enthält die ätherischen Öle Oregano, Tea Tree (Teebaum), Lemon (Zitrone), Lemongrass (Zitronengras), Peppermint (Pfefferminze) und Thyme (Thymian).

## TAGE 21–30 RENEW



### dōTERRA PB Restore™

PB Restore wurde hergestellt als grundlegendes Nahrungsergänzungsmittel, das Ihrem Körper etwas Gutes tun soll. Vereint eine einzigartige Kombination aus 30 Prä-, Pro- und Postbiotika.



### DDR Prime™ Softgels

DDR Prime™ enthält die ätherischen Öle Frankincense (Weihrauch), Wild Orange (Wildorange), Litsea, Thyme (Thymian), Clove (Gewürznelke), Summer Savory (Sommer-Bohnenkraut), Niaouli und Lemongrass (Zitronengras). DDR Prime Softgels stellen eine einfache und bequeme Möglichkeit dar, um die ätherische Ölmischung DDR Prime zu sich zu nehmen.

# dōTERRA™ 30-TAGE-REINIGUNGSPLAN

	TAG	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
<b>xEO Mega™</b> Nehmen Sie 2x täglich – morgens und abends – jeweils 2 Softgels zum Essen ein.	☀️ 🌙	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
<b>Microplex VMz™</b> Nehmen Sie 2x täglich – morgens und abends – jeweils 2 Softgels zum Essen ein.	☀️ 🌙	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
<b>Alpha CRS™+</b> Nehmen Sie 2x täglich – morgens und abends – jeweils 2 Softgels zum Essen ein.	☀️ 🌙	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
<b>Terrazyme™</b> Nehmen Sie 3x täglich – zu jeder Mahlzeit – jeweils 1 Kapsel ein.	☀️ ☀️ 🌙	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
<b>Zendocrine™ Complex</b> Nehmen Sie 2x täglich – morgens und abends – jeweils 1 Kapsel zum Essen ein.	☀️ 🌙	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
<b>Zendocrine™ Softgels</b> Nehmen Sie 2x täglich – morgens und abends – jeweils 1 Kapsel zum Essen ein.	☀️ 🌙	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○																				
<b>GX Assist™</b> Nehmen Sie täglich 1 Kapsel zum Abendessen ein.	🌙										○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○										
<b>dōTERRA PB Restore™</b> Nehmen Sie täglich 1 Kapsel vor einer Mahlzeit ein.	☀️																					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
<b>DDR Prime™ Softgels</b> Nehmen Sie 2x täglich – morgens und abends – jeweils 1 Softgel zum Essen ein.	☀️ 🌙																					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

## TAGE 1-30



## TAGE 1-10 ACTIVATE



## TAGE 11-20 RESET



## TAGE 21-30 RENEW

