

[www.modelform.ru](http://www.modelform.ru)

Узнайте больше о средствах  
Модельформ на сайте



**Только для женщины!**

Кому: Для меня!



От кого: от Ирины

Турчинской

[www.modelform.ru](http://www.modelform.ru)

183040

## Модельформ 40+: разговоры по душам с Ириной Турчинской

«Разговоры по душам» – необычное дополнение к средству для стройности, не правда ли? Дорогие мои, мне так хочется сделать еще что-то для вас, вставших на путь совершенствования своего тела. Позвольте оказать вам персональную поддержку словами, которые будут давать силы и вселять уверенность, что у вас все получится!

В детстве мне было трудно даже представить себя после 25 лет – таким далеким и заоблачным казался тогда этот возраст. Где-то после 30, повзрослев, я отчетливо поняла, что по-прежнему живу с незрелыми, детскими чертами характера, такими как обидчивость, непоследовательность, нетерпеливость. Десятилетие до 40 лет в моей жизни прошло во внутренней и внешней работе над собой. И вот наконец наступил промежуточный жизненный этап, тот самый день рождения, который не отмечают. В твоей жизни тоже был этот день, твои 40 лет. Теперь мы можем говорить начистоту и «без купюр», прекрасно понимая друг друга. Все созданное тобой за этот период дает поддержку и стабильность. Ты прощаешь отношения к жизненным трудностям и неудачам, ведь прожитые годы – это твое богатство, твоя мудрость. Но часто бывает так, что за эти годы ты накопила не только опыт и знания, но и лишние килограммы. Кроме того, набору веса способствуют и физиологические особенности женского организма в этом возрасте, такие как изменение обменных процессов и гормонального фона. Но, слава Богу, твое отражение в зеркале все еще волнует тебя так же, как и прежде! Согласись, ведь один из главных признаков настоящей женщины – это желание заботиться о своей внешности. Собственное тело прекрасно тобой изучено, ты знаешь, как сказываются на нем недосыпы, стрессы, неправильное питание, отсутствие физических нагрузок и свежего воздуха. Так что же сейчас может остановить тебя, мудрую и зрелую? Абсолютно ничего, разве только ты сама.

Ресурсы твоего организма в этом возрасте требуют большего времени на восстановление, именно поэтому необходимо бережно, но в то же время дисциплинированно относиться к себе: качественно питаться, ухаживать за своей кожей, давать телу регулярные физические нагрузки, которые обеспечат мышцам тонус, а коже – упругость.

Конечно, придется постараться, например, перестраивая свой неправильный, годами устоявшийся режим питания, но это будет очень важная, взрослая победа над собой. В помощь тебе создано замечательное средство Модельформ 40+, содержащее в своем составе помимо активных натуральных компонентов, направленных на борьбу с лишним весом в твоём возрасте, еще и фитозстрогены. Эти вещества растительного происхождения помогают почувствовать себя значительно моложе. Я верю, что Модельформ 40+ в сочетании с правильным питанием и физическими нагрузками послужит прекрасным стимулом для твоего нового образа жизни. Я много раз видела эти удивительные преображения в своей практике: твоих сверстниц, помолодевших на 10 лет, подтянутых, уверенных, улыбающихся женщин, ловящих на себе восхищенные взгляды мужчин. И у тебя есть все необходимое, чтобы быть одной из них. Дерзай! Будь стройной и счастливой!

*Ирина Турчинская*

Искренне ваша,  
Ирина Турчинская,  
специалист по фитнесу

