

2WEEKES FASTING PROGRAM

# ベーシック 2週間ファスティングプログラム

	開始前日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	終了翌日	終了翌々日
	準備期	ファスティング期														復食期	
朝	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL	ハーブザイム 20mL
昼	ファストプロ トマト&根菜	通常食	通常食	通常食	通常食	通常食	通常食	ハーブザイム 100mL	ファストプロ ガユ	ファストプロ トマト&根菜	通常食	通常食	通常食	通常食	ハーブザイム 100mL	ファストプロ ガユ	ファストプロ 玄米クリーム
夜	ファストプロ 玄米クリーム	通常食	通常食	通常食	通常食	通常食	通常食	ハーブザイム 100mL	ファストプロ グリーンベジ	ファストプロ カレーザイム	通常食	通常食	通常食	通常食	ハーブザイム 100mL	ファストプロ グリーンベジ	ファストプロ カレーザイム
水分補給	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 2L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 2L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上	ファストプロ ウォーター 1L以上

## ファスティング期間中の栄養補給に

鮮度と産地にこだわった113種類の国産植物を長年「ヒノキ樽」に棲みついた天然の複合酵素(酵母、植物性乳酸菌)でダブル自然発酵。古くからの伝統製法でつくられた無希釈\*1の植物酵素\*\*原液を配合したハイクラス酵素飲料です。

### ハーブザイム® 113 グランプロ

プレーン/ジンジャー/オラックス

1本(500mL) 価格 10,000円(税込 10,800円)



\*1 水やオリゴ糖エキス、麦芽糖エキス、樹液などの液体を加えて発酵させていないという意味。  
\*2 113種類の植物を発酵させる過程で生成された酵素によって熟成された発酵生産物を配合。  
\* ファスティングは必ず自己責任のもと、無理せず実施してください。実施中、具合が悪くなった場合はすぐに中止してください。実施中は、1日あたり約1L~2Lの良質な水を、10回以上にこまめに分けて飲んでください。

## ファスティング期間中の準備食・復食に

動物性原料や化学調味料、合成着色料、香料、白砂糖及び人工甘味料などを一切使用せず、トランス脂肪酸フリー、コレステロールフリーでありながら妥協のないおいしさを追究しました。酵素栄養学に着目し研究開発された「酵素ファスティング・アシスト食」です。

### ファストプロミール®

#### ファスティング プログラムセット

(プレミアムボックス入り)

- ファストプロ®ガユ 200g×2袋
- ファストプロ®リゾットトマト&根菜 200g×2袋
- ファストプロ®リゾットグリーンベジ 190g×2袋
- ファストプロ®リゾット玄米クリーム 190g×2袋
- ファストプロ®カレーザイム 140g×2袋
- ファストプロ®ライス 140g×2袋
- ファストプロミール®B6リーフレット×1部
- ファスティングブック×1冊

10食分(合計12食)  
価格 8,000円(税込 8,640円)



## ファスティング期間中の水分補給に

「硝酸性窒素・亜硝酸性窒素」不検出。界面活性・酵素活性・アクアポリン透過性において優れた分析値を有する、ファスティングのサポートを目的に研究開発された「高付加価値水」です。

### ファストプロウォーター グランプロ

2L×12本 価格 7,800円(税込 8,424円)



セット価格 25,800円(税込 27,864円)