



calrinorm.
complex

Ihr Diätoptimierer

Vorwort

Die Hose spannt, der Rock ist eng, das Kleid zu klein. Man kennt das – und man weiß, dass man jetzt etwas gegen die Pfunde tun sollte. Aber was?

Die vielleicht wichtigste Entscheidung Ihres Lebens!

Sie haben sich entschieden, etwas gegen das Übergewicht zu tun. Bravo. Sehr klug. Ebenfalls klug ist, dass Sie sich für calrinorm® interessieren und diese Broschüre in die Hand genommen haben.

Denn

- mit calrinorm® haben Sie die Chance, Ihr Idealgewicht zu erreichen.

calrinorm® complex und calrinorm® mono sind eine neue, natürliche Generation von Schlankkeitshilfen und daher die optimale Nahrungsergänzung für alle, die Übergewicht abbauen wollen oder aus gesundheitlichen Gründen müssen.

Lesen und staunen Sie!

Vorwort		
Gesund und erfolgreich abnehmen		
calrinorm® – das neue Schlankkonzept		
Wie calrinorm® funktioniert		
Warum es zwei calrinorm®-Produkte gibt		
calrinorm® mono – Produktbeschreibung		
02	calrinorm® mono – Nährwertangaben	13
05	calrinorm® complex – Produktbeschreibung	14
06	calrinorm® complex – Nährwertangaben	16
07	calrinorm® – In der Apotheke	16
09	7 Regeln für Ihr Wunschgewicht	18
12	Einkaufstipps	23



Es gibt viele Diäten. Einige wenige sind sinnvoll, andere nicht. Doch egal, wie die Diät auch zusammengesetzt ist und wer sie anpreist.

Wer uns Verbrauchern verspricht, dass wir abnehmen können ohne unsere Ernährungs- und Lebensgewohnheiten umzustellen, der erzählt Quatsch und will uns nichts Gutes.

Abnehmen heißt, dass die tägliche Kalorienaufnahme geringer sein muss als der tägliche Energiebedarf. Also kann tatsächlich nur derjenige abnehmen, der weniger Kalorien zu sich nimmt.

Wissen sollte man auch: Wer die Kalorienzufuhr radikal durch Nahrungsverzicht reduziert, nimmt zwar ab, wird aber rasch krank, weil der Körper keine Vitamine mehr erhält.

Auch eine einseitige Kost ist falsch, weil der Körper so außer Balance gerät. Zudem fördern Radikalkuren den Jo-Jo-Effekt, der am Ende dicker und nicht schlanker macht.

calrinorm® – das neue Schlankkonzept

Wie schafft man es die Kalorienaufnahme auf gesunde, natürliche Art zu reduzieren oder – was den gleichen Effekt hat, den Kalorienverbrauch zu erhöhen?

Unsere Antwort ist neu und lautet:

Mit dem Calrinorm-Sättigungs-Peptid (CSP) und einigen kleinen, leichten Tricks.

- › Essen Sie regelmäßig und zu festen Uhrzeiten. Das Abendessen sollten Sie vor 18:00 Uhr einnehmen, denn das heizt die Fettschmelze an.
- › Trinken Sie täglich zwei Liter Wasser oder Kräutertee, das hilft Ihrem Körper Schlackenstoffe auszuspülen.

- › Bewegen Sie sich täglich und regelmässig 20 Minuten (Spaziergehen, Gymnastik)
- › Nehmen Sie eine halbe Stunde vor jeder Mahlzeit calrinorm® mit dem einzigartigen Calrinorm-sättigungs-Peptid (CSP) ein.

calrinorm® steigert das natürliche Sättigungsgefühl und macht es so möglich, dass Sie **weniger essen**, denn Sie sind **schneller satt**. calrinorm® hilft Ihnen übertriebenen oder unnötigen Appetit und Hunger zu bändigen und so weniger Kalorien aufzunehmen. calrinorm® unterstützt also auf natürliche und völlig neuartige Weise Ihr persönliches Gewichtsmanagement und macht es leichter, Gewicht gezielt abzubauen oder Gewicht zu halten.

calrinorm® ist ein patentierter Kartoffelextrakt, dessen Wirkstoff das Calrinorm-Sättigungs-Peptid ist (CSP, wissenschaftliche Bezeichnung PI2). Die Wirksamkeit des CSP ist beim Thema Schlankheit wissenschaftlich belegt. Heute weiß die Wissenschaft, dass an der Steuerung von Sättigungsgefühlen vor allem der körpereigene Stoff Cholecystokinin (CCK) beteiligt ist. Durch jahrelange Forschung ist zudem belegt, dass das aus der Kartoffel extrahierte Calrinorm-Sättigungs-Peptid (CSP) in der Lage ist, eine segensreiche Verbindung mit dem Sättigungs-Botenstoff Cholecystokinin (CCK) einzugehen.

Treffen beide Stoffe zusammen, geschieht etwas Wunderbares und Einmaliges zugleich: Wir fühlen

uns früher gesättigt als sonst, weil der Magen dem Gehirn rascher und intensiver Sättigung signalisiert. calrinorm® ist also ein Sättigungsoptimierer und daher eine Schlankhilfe ganz anderer und neuer Art.

Wichtig: Nicht der Appetit wird gehemmt, wie mit den zum Teil gefährlichen und nebenwirkungsreichen Appetithemmern, die bislang üblich waren, **sondern** es gibt einen neuen und positiven Weg zur besseren, schlankeren Figur: **calrinorm® steigert das Sättigungsgefühl auf natürliche Weise.**

Das ist der wahre Wirkmechanismus des Calrinorm-Sättigungs-Peptid (CSP), der für Übergewichtige so segensreich ist, weil Sie sich früher satt und damit auch früher und länger zufrieden fühlen.



Wir sind Individuen, reagieren anders als andere und haben daher auch ganz spezielle Probleme beim Essen und mit der Figur. Daher gibt es zwei calrinorm®-Produkte. calrinorm® mono und calrinorm® complex.

calrinorm® mono ist perfekt für Menschen, die sich bewusst und vitalstoffreich ernähren und die in einem Zeitraum von einigen Monaten ohne Diät und ohne Veränderung des Lebens und des Alltags ein paar Kilo abnehmen wollen oder gar nur ihr aktuelles Gewicht halten möchten.

Über 12 medizinisch begleitete Untersuchungen bestätigen, dass allein die Einnahme des in calrinorm® mono steckenden Calrinorm-Sättigungs-Peptid (CSP) 30 Minuten vor jeder Hauptmahlzeit ein-

genommen, zu einem Gewichtsverlust geführt hat – und zwar ohne Diät und ohne eine zusätzlich Erhöhung des Grundumsatzes, etwa durch mehr Bewegung.

Das zeigt: calrinorm® mono funktioniert als Sättigungsoptimierer perfekt und kann problemlos als Zusatznahrung dauerhaft eingesetzt werden, entweder um auf längere Zeit Gewicht abzubauen oder um das Gewicht besser halten zu können, z. B. wenn man mit dem Rauchen aufhört und sich alleine dadurch der Grundumsatz verändert bzw. der Appetit steigt und Heißhungerattacken drohen.

Auch für Diabetiker ist calrinorm® mono geeignet, denn eine Tagesdosierung hat nur 0,06 BE.

Warum es 2 calrinorm®-Produkte gibt

calrinorm® complex ist hingegen ein Produkt für alle Menschen, die rasch eine größere Anzahl von Kilos abnehmen wollen oder aus gesundheitlichen Gründen müssen. Es ist im Prinzip egal, ob Sie weiterhin so essen wie jetzt oder sich für eine Diät entscheiden.

Nehmen Sie eine halbe Stunde vor den Mahlzeiten, so mager und schmal sie auch sein mögen, jeweils einen Stick mit calrinorm® complex, dann sind immer zwei wichtige Faktoren gegeben:

Einerseits wird das Sättigungsgefühl gesteigert und andererseits wird der Organismus während der Diät mit 28 wertvollen Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen versorgt.

Mit calrinorm® complex wird jede auf eine Reduktion der Nahrung setzende Diät besser durchhaltbar und natürlich auch gesünder, weil dank calrinorm® complex eine Mangelsituation bei Vitalstoffen vermieden wird. Fehlen Vitalstoffe, wird man rasch gereizt, müde, nervös und man ist schneller geneigt, die Diät abbrechen. Den Diät-Abbruch verhindert calrinorm® complex, was bedeutet, dass man eine Diät leichter, länger und daher auch erfolgreicher durchhält.

Haben Sie Ihr Wunsch- oder gar Idealgewicht mit calrinorm® complex und der Diät Ihrer Wahl erreicht, haben Sie zwei Möglichkeiten, um das Erreichte auch auf Dauer zu bewahren:

Sie steigen um auf calrinorm® mono, den Sättigungs-optimierer, der für eine schneller Sättigung sorgt und so eine gute Hilfe gegen den gefürchteten Jo-Jo-Effekt ist.

Oder Sie bleiben bei der Einnahme von calrinorm® complex, was meist anzuraten ist, denn unsere Nahrung, vor allem die viele Fertignahrung, hat häufig zu wenig Vitalstoffe und daher ist es sinnvoll, nicht nur weniger zu essen, sondern auch die Speicher für Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente dauerhaft und ständig aufzufüllen.

Auch calrinorm® complex ist für Diabetiker geeignet. Eine Tagesdosierung hat nur 0,035 BE.

Wichtig:

calrinorm® ist Ihr persönlicher, sinn- und wirkungsvoller Helfer, wenn Sie weniger Essen wollen.

Sie entscheiden ob Sie calrinorm® einfach 30 Minuten vor jeder Mahlzeit einnehmen und so Ihr natürliches Sättigungsgefühl steigern oder ob Sie calrinorm® mit Ihrer Diät kombinieren. Mit calrinorm® optimieren Sie auf sinn- und wirkungsvolle Art Ihre Diät.

Übrigens:

calrinorm® mono und calrinorm® complex helfen auch Tieren, die Übergewicht haben und aus gesundheitlichen Gründen weniger Appetit und weniger Gewicht haben sollten.

calnorm® mono - Produktbeschreibung

calnorm® mono ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit einem natürlichen, patentierten Kartoffelextrakt (standardisiert auf 5 % Proteinasehemmer)

calnorm® mono enthält folgende Zutaten:

300 mg patentierter Kartoffelextrakt, Magnesiumstearat, Siliciumdioxid.

Dosierung und Einnahmeempfehlung: 1 Kapsel (300 mg) patentierter Kartoffelextrakt eine halbe Stunde vor jeder Mahlzeit mit reichlich Wasser einnehmen.

Hinweise: Die angegebene empfohlene Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollen nicht als Ersatz für eine ausge-

wogene und abwechslungsreiche Ernährung, sowie eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Sie sind außerhalb der Reichweite von Kindern zu lagern. Trocken und nicht über 25° C lagern.

Hinweis für Diabetiker:

Eine Tagesdosierung entspricht 0,06 BE.

Inhalt: 90 Kapseln / Monatspackung

Nettogewicht = 74,7 g

PZN: 6793214

*calnorm® =
Weniger Hunger = schneller satt!*

Nährwertangaben (Durchschnitt)	100 g	Tagesempfehlung 3 Kapseln
Phys. Brennwert	285 kcal	3,42 kcal
Eiweiß	11,48 g	0,14 g
Kohlenhydrate	59,18 g	0,73 g
Fett	0,00 g	0,00 g
Cholesterin	0,00 g	0,00 g



calrinorm® complex - Produktbeschreibung

calrinorm® complex ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit einem natürlichen, patentierten Kartoffelextrakt (standardisiert auf 5% Proteinasehemmer), und dem Calrinorm-Vitalstoffkomplex aus 15 Vitaminen, 4 wichtigen Mineralstoffen und 9 Spurenelementen. Damit unterstützen Sie gleichzeitig Ihren Tagesbedarf an Vitaminen und Mineralstoffen zur Sättigungs- und Diätoptimierung.

Darreichungsform: 63 Sticks in den natürlichen Geschmacksrichtungen Minze, Schoko und Mandarine (je 21 Sticks). Ein Stick enthält 300 mg patentierten Kartoffelextrakt, 150 mg Inositol und den calrinorm® Vitalstoffkomplex, zur täglichen Versorgung mit 28 Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen.

Zutaten: Calciumlactat, Kartoffelextrakt 300 mg, Maisstärke, Natriumhydrogenphosphat, Inositol 150 mg, Aromamischung*, Magnesiumoxid, Tri-Kaliumcitrat Monohydrat, Vitamin C, Natriumchlorid, Eisen-II-gluconat Dihydrat, Vitamin E-Acetat, Nicotinamid, Lutein, Siliciumdioxid, Kupfer-II-gluconat, D-Calciumpantothenat, Zinkoxid, Vitamin A-Acetat, Mangan-II-sulfat Monohydrat, Vitamin K, Vitamin B6, Vitamin D3, Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin B12, Folsäure, Biotin, Chrom-II-chlorid, Kaliumjodid, Natriumselenit, Natriummolybdat Dihydrat.

Aromamischung* für Minze: Multifruchtpulver, Apfelfruchtpulver, natürliches Pfefferminzaroma

Aromamischung* für Schoko: Kakaopulver, Orangenfruchtpulver, natürliches Schokoladenaroma, Orangenaroma

Aromamischung* für Mandarine: Apfelfruchtpulver, Maracujafruchtpulver, Mandarinenaroma, Rooibosextrakt.

Dosierung und Einnahmeempfehlung:

3 x täglich 1 Stick eine halbe Stunde vor jeder Mahlzeit mit reichlich Wasser einnehmen.

Hinweise: Die angegebene empfohlene Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise verwendet werden.

Sie sind außerhalb der Reichweite von Kindern zu lagern. Trocken und nicht über 25° C lagern.

Hinweis für Diabetiker:

Eine Tagesdosierung entspricht 0,035 BE.

PZN: 6793220

*calrinorm® complex -
optimiert Ihre Diät erfolgreich*

calrinorm® complex – Nährwertangaben / Zusammensetzung

Nährwertangaben (Durchschnitt) Tagesempfehlung 3 Sticks/Tag		100 g	Zusammensetzung pro Tagesempfehlung 3 Sticks/Tag		% des empfohlenen Tagesbedarfs
Phys. Brennwert	9,33 kcal / 39,75 kJ	207 kcal / 883 kJ	Folsäure	200,0 µg	100 %
Eiweiß	3,23 g	0,14 g	Jod	100,0 µg	67 %
Kohlenhydrate	27,91 g	1,26 g	Kalium	40,0 mg	**
Fett	0,02 g	0,00 g	Kupfer	1000,0 µg	**
Zusammensetzung pro Tagesempfehlung 3 Sticks/Tag		% des empfohlenen Tagesbedarfs	Lutein	1,0 mg	**
Kartoffelextrakt	900,0 mg	**	Magnesium	100,0 mg	33 %
Inositol	450,0 mg	**	Mangan	1,0 mg	**
Biotin 150	150,0 µg	100 %	Molybdän	25,0 µg	**
Calcium	162,0 mg	20 %	Niacin	18,0 mg	100 %
Chrom	25,0 µg	**	Pantothenat	6,0 mg	100 %
Chlorid	36,3 mg	**	Phosphor	125,0 mg	16 %
Eisen	4,0 mg	29 %	Selen	25,0 µg	**
			Vitamin A (25% Beta-Carotin)	800,0 µg	100 %
			Vitamin B 12	1,0 µg	100 %
			Vitamin B 1	1,4 mg	100 %

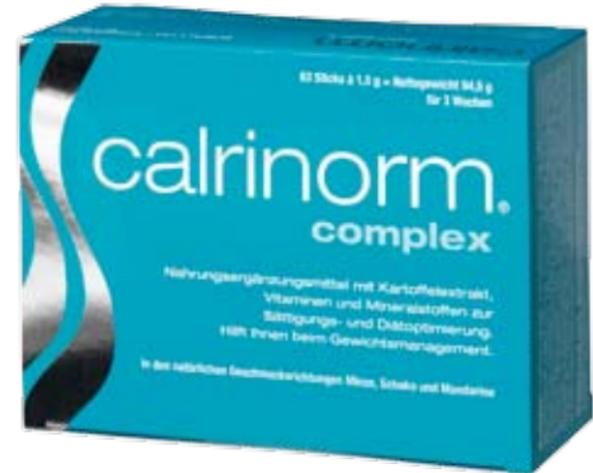
Zusammensetzung pro Tagesempfehlung 3 Sticks/Tag		% des empfohlenen Tagesbedarfs
Vitamin B 2	1,6 mg	100 %
Vitamin B 6	2,0 mg	100 %
Vitamin C	60,0 mg	100 %
Vitamin D	5,0 µg	100 %
Vitamin E	10,0 mg	100 %
Vitamin K	30,0 µg	**
Zink	5,0 mg	30 %

* % der empfohlenen tägl. Verzehrmenge gem. EU Verordnung

** noch keine Empfehlung der EU vorhanden

Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach calrinorm[®]!

Sie werden gerne beraten.





REGEL 1 | Achten Sie auf einen konstanten Blutzuckerspiegel!

„Frühstücken sollst Du wie ein Kaiser ...“ sagt schon ein deutsches Sprichwort. Wer morgens mit leerem Magen aus dem Hause geht, hat sein erstes Leistungstief vorprogrammiert – meist verbunden mit einer ordentlichen Heißhunger-Attacke.

Studien haben gezeigt, dass Frühstückler langfristig leichter ihr Wunschgewicht erreichen als Nicht-Frühstücker. Ideal ist selbst zusammengestelltes Müsli aus Joghurt, frischem Obst und verschiedenen Körnern.

REGEL 2 | Schlagen Sie dem Heißhunger ein Schnippchen!

Es gibt Nahrungsmittel, die die nächste Heißhunger-Attacke vorprogrammieren: Dazu gehören Brot, Kuchen, Eis, Süßigkeiten jeder Art.

Diese enthalten in der Regel Kohlenhydrate oder Zucker, die den Blutzucker schnell und übermäßig in die Höhe treiben.

Greifen Sie also lieber zu Salaten, Obst- und Rohkost-Snacks, die außerdem noch einen hohen Kaliumgehalt und damit Entwässerungspotential haben.

7 Regeln für Ihr Wunschgewicht

REGEL 3 | Vermeiden Sie die „falschen“ Fette!

Für die Stoffwechselprozesse im Körper ist Fett unerlässlich. Allerdings sollten Sie die ungesunden Fette, wie sie beispielsweise in Wurst und fettem Fleisch vorkommen, meiden.

Auch die so genannten gehärteten Fette, z. B. in Margarine, Brat- und Fritierfetten zählen dazu. Besser ist es Margarine mit ungehärteten Fetten, kaltgepresste Öle oder Butter zu verwenden.

REGEL 4 | Bewegen Sie sich regelmäßig!

Regelmäßiger Sport beugt Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor, senkt den Blutdruck und stärkt den Herz-

muskel. Er hilft Stress und überschüssige Energie abzubauen und ist Balsam für die Seele.

Dabei müssen es keine Ausdauersportarten sein – Ihr Körper ist schon mit einem täglichen Spaziergang gut trainiert und wird es Ihnen danken!

REGEL 5 | Trinken Sie regelmäßig und ausreichend!

Es ist kein Geheimnis: Mit zwei Liter Wasser pro Tag ist Ihr Körper ausreichend mit Flüssigkeit versorgt.

Das hilft ihm, Schlackenstoffe auszuspülen, hält fit und ist außerdem noch gut für die Haut.

REGEL 6 | Vermeiden Sie Stress!

Sicher, ganz ohne Stress geht es nicht: Sei es im Beruf, in der Erziehung oder auch mal mit dem Partner.

Permanenter Stress aber wirkt sich auch auf das Gewicht aus, denn steht das Gehirn unter Stress, fordert es Nahrung an. Und es stellt dabei immer zuerst seine eigene Energieversorgung sicher! Der Körper gehorcht und muss anschließend selbst zusehen, wie er mit dem Energieüberschuss fertig wird.

REGEL 7 | Verwöhnen Sie sich!

Treffen Sie sich mit Freunden, gehen Sie in die Sauna, lesen Sie ein gutes Buch – es sind die kleinen Dinge des Alltags, die oftmals von Stress und Sorgen ablenken.

Gönnen Sie sich regelmäßig Ihre kleinen Freuden und Rituale – Sie werden sehen, dass ausgeglichene und entspanntere Lebensgewohnheiten sich auch positiv auf Ihr Essverhalten auswirken

Weitere Informationen erhalten Sie unter

www.calrinorm.de



calrinorm®

calrinorm® mono - weniger Hunger, schneller satt

Nahrungsergänzungsmittel mit 300 mg patentierten
Kartoffelextrakt

Inhalt: 90 Kapseln / Monatspackung
Nettogewicht = 74,7 g

PZN: 6793214

makolpharm GmbH · 46519 Alpen / Niederrhein
info@calrinorm.de · **www.calrinorm.de**

calrinorm®

calrinorm® complex - macht jede Diät erfolgreicher!

Nahrungsergänzungsmittel mit einem natürlichen, patentierten Kartoffelextrakt (standardisiert auf 5% Proteina-sehemmer) und dem Calrinorm-Vitalstoffkomplex aus 15 Vitaminen, 4 wichtigen Mineralstoffen und 9 Spurenelementen. Damit unterstützen Sie gleichzeitig Ihren Tagesbedarf an Vitaminen und Mineralstoffen zur Sättigungs- und Diätoptimierung.

63 Sticks in den natürlichen Geschmacksrichtungen
Minze, Schoko und Mandarine (je 21 Sticks)

PZN: 6793220

makolpharm GmbH · 46519 Alpen / Niederrhein
info@calrinorm.de · **www.calrinorm.de**



calrinorm® complex -
macht jede Diät erfolgreicher!



calrinorm® mono -
weniger Hunger, schneller satt