

CLA(공액리놀레산) 건강기능식품

날씬하고 멋지게!  
도테라 슬림 & 새시 다이어트



The 건강한 라이프 스타일 체인지

dōTERRA®

# SLIM & SASSY DIET

슬림 & 새시 다이어트



도테라 슬림&새시 다이어트는 체지방 감소에 도움을 줄 수 있는 CLA(공액리놀레산)와 도테라 스마트앤새시 블렌드 에센셜 오일을 부원료로 함유한 특별한 건강기능식품입니다.

건강한 식생활, 적절한 운동과 함께 멋진 몸매와 건강한 체중을 유지하는데 도움을 드립니다.

특별한 도테라 슬림&새시 다이어트와 함께 슬림하고 멋지게!  
The 건강한 라이프스타일로 체인지 하세요.

## 제품 특징

- ▶ CLA(공액리놀레산)은 식약처가 인정한 과체중인 성인의 체지방 감소에 도움을 줄 수 있는 건강기능식품 기능성 원료입니다.
- ▶ 순수한 도테라 CPTG 자몽, 레몬, 페퍼민트, 생강, 시나몬 에센셜 오일이 특별한 배합으로 부원료로 함유되어 있습니다.
- ▶ 스마트앤새시 에센셜 오일의 효과는 그대로, 더욱 섭취 간편하게 즐기실 수 있습니다.
- ▶ 안심할 수 있는 다이어트 원료! 자연유래 홍화씨유에서 추출한 자연성분 CLA(공액리놀레산)로 딱딱한 체지방 관리!
- ▶ SLS-프리 식물성 캡슐로 소화 흡수가 더욱 용이하게!
- ▶ 도테라 건강기능식품 무첨가 원칙! 합성착향료, 합성색소, 레진, 화학유화제 등 무첨가
- ▶ 도테라의 품질 최우선 철학이 그대로 반영되어 있는 차별화된 데일리 건강기능식품
- ▶ 균형 잡힌 식생활과 운동 병행 시, 효과적인 다이어트에 도움을 드립니다.

날씬하고 멋지게! 도테라 슬림&새시 소프트젤,

이런 분들께 추천합니다!

- ▶ 건강한 다이어트를 원하는 분
- ▶ 체지방 감소를 원하는 분
- ▶ 늘어나는 체중으로 고민이신 분
- ▶ 식사 시간이 불규칙하거나 최근 체중변화가 많아 고민인 분
- ▶ 효과적인 체중 관리 및 탄력있는 몸매 관리를 원하는 분
- ▶ 다이어트 실패로 스트레스를 받고 계신 분
- ▶ 잦은 회식과 모임으로 체중 증가가 걱정 되는 분
- ▶ 복부 및 허리에 체지방이 축적되어 고민 되시는 분
- ▶ 아름다운 몸매 관리를 원하시는 분
- ▶ 계속해서 날씬한 몸매로 유지하고 싶으신 분
- ▶ 운동과 함께 체지방 감소에 도움을 받고 싶은 분

## 영양·기능정보

과체중인 성인의 체지방 감소에 도움을 줄 수 있음

1회분량 : 2캡슐(1,051mg), 총 30회 분량

1회 분량당	합량	% 영양성분기준치
열량	10 kcal	
탄수화물	0 g	0%
지방	1 g	2%
단백질	0 g	0%
나트륨	0 mg	0%
공액리놀레산(CLA)	700 mg	

※%영양성분기준치 : 1일 영양성분기준치에 대한 비율

## 제품정보

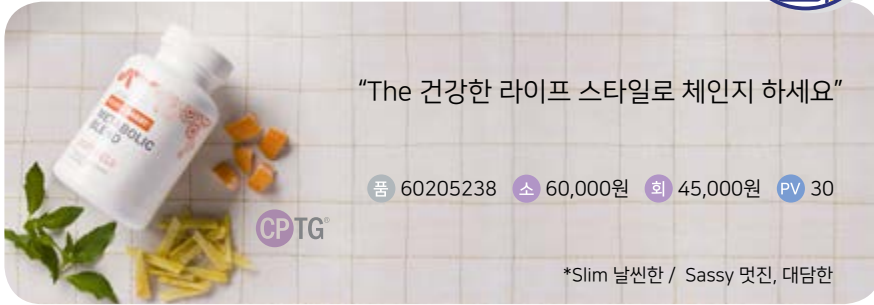
총 내용량	총 30회 분량 / 공액리놀레산(CLA) 60캡슐 (15일 분량)
1일 섭취량	4캡슐 (2,102mg)
섭취방법	·1일 2회, 1회 2캡슐을 식후 물과 함께 섭취하십시오.
주의사항	·유통기한을 확인하시기 바라며, 섭취량 및 섭취방법을 준수하시기 바랍니다. ·위장장애가 발생할 수 있습니다. ·영.유아, 임산부는 섭취를 삼가야 합니다. ·식사조절, 운동을 병행하는 것이 체지방 감소에 효과적입니다. ·처방약을 복용중인 분은 본 제품 섭취 전 의사와 상담 하십시오.



슬림하고 멋지게!

# SLIM & SASSY DIET

제품정보



"The 건강한 라이프 스타일로 체인지 하세요"

품 60205238 소 60,000원 회 45,000원 PV 30



\*Slim 날씬한 / Sassy 멋진, 대담한

## 슬림앤새시 다이어트 주원료



### CLA 란?

공액리놀레산(Conjugated Linoleic Acid / CLA)은 자연유래 홍화씨유의 리놀레산을 정제 가공하여 제조한 것으로 불포화지방산의 한 종류이며 체지방 감소에 도움이 될 수 있는 성분으로 보고되고 있습니다.

- ▶ 과체중인 성인의 체지방 감소에 도움을 줄 수 있음
- ▶ 홍화씨유에서 추출한 자연성분
- ▶ 식품의약품안전처 고시인정형 기능성 원료

## 슬림앤새시 다이어트 부원료

### 자몽오일



감귤속에 속하는 열매로 신맛, 단맛, 쓴맛이 조금 섞여 있음

### 레몬오일



새콤한 맛과 특쓰는 향으로 음료와 요리에 많이 사용되는 과일

### 페퍼민트 오일



시원하고 상쾌한 향이 나는 허브로 멘톨의 청량감 때문에 요리나 디저트 등 폭 넓게 사용되는 민트

## 비만 바로알기



## 비만 바로알기

### 비만이란?

비만은 단순히 체중이 많이 나가는 것이 아니라 체지방이 과도하게 축적된 상태를 말합니다. 겉으로 정상체중으로 보여도 체지방 비율이 높으면 비만이라고 할 수 있습니다.

정상체중	비만
신장 : 175 cm	신장 : 175 cm
체중 : 80 kg	체중 : 80 kg
근육량 : 62 kg	근육량 : 55.1 kg
무기질 : 4 kg	무기질 : 3.9 kg
지방 : 12 kg	지방 : 21 kg
체지방률 : 15%	체지방률 : 26%

### 비만 판정법

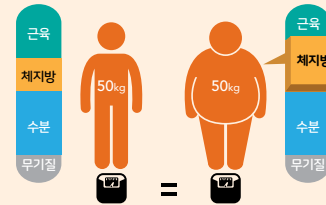
체질량지수(BMI : Body Mass Index)

체질량지수는신장과 체중을 이용하여 간단하게 비만을 판정할 수 있는 방법입니다.

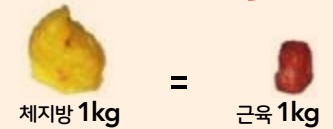


## 숫자에 집착하거나 굶지말자!

같은 무게 다른 느낌



차이 나는 이유는 바로, **부피!**



**몸무게보다 중요한 건 몸 속 체지방 관리!!**

<출처> 식약처 식품안전정보포털 식품안전나라

\* 건강 정보는 제품정보와 관련 없는 내용입니다.

# The 건강한 라이프 스타일 체인지를 위한 적정량 간편 Tip



분량	식품군
 손의 둘째와 두께 (혹은 이상)	 높은 수분 함량, 색과 항산화 성분이 풍부하고 신선하거나 살짝 조리 된 과일과 야채
 주먹 한줌	 복합탄수화물 및 곡물과 콩 등 식물성 단백질이나 딱딱한 과일과 야채
 손바닥 만큼	 저지방 동물성 단백질, 견과류, 씨앗류 등 풍부한 단백질
 손가락 한 마디 (혹은 이하)	 설탕, 드레싱, 디저트, 소금

\* 1일 3식이요법 프로그램의 분량

\* 건강 정보는 제품정보와 관련 없는 내용입니다.

# 건강 상식 Tip



## 01 체지방 유지는 왜 중요할까요?

적당한 체지방은 에너지를 생산하여 체력 유지에 도움이 되지만, 과도한 체지방은 건강한 생활을 유지하는데 위험 요인이 되고 있습니다. 최근 연구에 의하면, 과도한 체지방은 단순히 체중을 증가시키는 것뿐만 아니라, 에너지 생산을 조절하는 호르몬 등의 변화를 일으키고, 다른 장기에 해로운 방향으로 영향을 미칠 수 있습니다. 특히 혈관기능, 혈당조절, 간 기능 등에 이상을 초래할 수 있습니다.

## 02 과도한 체지방 증가는 왜 일어날까요?

사용하고 남은 영양소 중에 일부는 비상에너지로 간이나 근육에 저장되고, 나머지는 우리 몸 어딘가에 지방의 형태로 축적됩니다. 주로 당질이나 지방이 체지방으로 저장되어 우리 몸을 보호하기도 하고, 에너지가 부족할 경우 에너지원으로 이용됩니다. 청소년들의 컴퓨터 사용 증가, 학업에 치중된 생활로 인하여 외부 활동시간보다 집안이나 학교 등 특정 장소 안에 머물러 있는 시간이 늘어나 활동량 및 운동량 부족이 일어납니다. 섭취하는 에너지양보다 소비하는 에너지양이 적어지면 체지방이 축적되어 비만이 되기 쉽습니다.

## 03 체지방 증가를 예방하려면 어떻게 해야 할까요?

우리 몸 속에 과도하게 쌓인 체지방을 줄이려면 체지방을 에너지로 이용하도록 해야 합니다. 섭취한 에너지에 비해 활동 에너지가 부족할 때 몸에 축적된 비상에너지를 쓰게 되는데, 제일 먼저 포도당을 이용하고, 그 다음 체지방을 이용하게 됩니다. 즉, 운동을 20분 이상 지속해야 비로소 지방이 분해되기 시작합니다. 그러므로 하루 30분 이상 규칙적인 운동을 하는 것은 체지방 증가를 예방할 수 있습니다. 열량과 지방함량이 높은 식품을 피해야 하며, 특히 폭식, 과식, 야식을 하지 않는 것이 좋습니다. 또한 많은 섬유질은 에너지 섭취를 방해하므로 열량섭취를 줄일 수 있습니다.

## 04 관련된 건강기능식품은 어떤 것이 있나요?

체지방 증가를 예방하기 위해서 식습관 조절 및 운동을 꾸준히 하는 것이 가장 중요하지만, 불충분하다면 기능성원료를 함유한 건강기능식품을 섭취함으로써 도움을 받을 수 있습니다.

\* 건강 정보는 제품정보와 관련 없는 내용입니다.

dōTERRA

bring  
your  
**SASSY**  
back



품 60205238 소 60,000원 히 45,000원 PV 30

서울특별시 서초구 강남대로 369, 8층(서초동, 나라빌딩) 고객센터 : 1600-5105

[www.doterra.co.kr](http://www.doterra.co.kr)