

dōTERRA™ 30-DAY CLEANSE

dōTERRA 30-Day Cleanse-ohjelma on erinomainen tapa oman dōTERRA-matkasi aloittamiseen. Ohjelma on jaettu kolmeen vaiheeseen: **aktivointiin, puhdistukseen ja uudistumiseen**. Alla näet, mitä tuotteita ohjelmaan kuuluu (päivät 1–30) ja mitä niistä käytetään minkäkin vaiheen aikana. Kun tuotteet käyvät tutuiksi, voit räätälöidä ohjelmaa juuri omiin tarpeisiisi sopivaksi.

PÄIVÄT 1-30



xEO Mega™

Mullistava xEO Mega™ sisältää CPTG™-laadun eteerisiä öljyjä, meriperäisiä omega-rasvahappoja ja karotenoideja. EPA ja DHA auttavat ylläpitämään sydämen normaalia toimintaa.



Microplex VMz™

Tuote sisältää tasapainoisen sekoituksen välttämättömiä A-, C- ja E-vitamiineja sekä B-vitamiineja. Microplex VMz™ sisältää myös kelatoituja mineraaleja, kuten kalsiumia, magnesiumia ja sinkkiä.



Alpha CRS™+

Alpha CRS™+ on dōTERRA-alkuperäissekoitus, joka sisältää tehokkaita polyfenoleja ja luonnollisia kasviuutteita.



Terrazyme™

Terrazyme™ on ainutlaatuinen yhdistelmä entsyymejä, joita modernista ruokavaliosta luultavimmin puuttuu. Terrazyme auttaa nauttimaan terveellisen ruokavaliion hyödyistä varmistamalla, että kehosi saa tarvitsemansa ravintoaineet.



Zendocrine™ Complex

dōTERRA Zendocrine™ Complex sisältää ainutlaatuisen sekoituksen whole-food-uutteita, jotka imeytyvät elimistöön patentoidun entsyymaattisen menetelmän avulla.



Sitruuna

Sitruuna on yksi dōTERRAn myydyimmistä eteerisistä öljyistä, ja sillä on useita hyötyjä ja käyttötarkoituksia. Tämä on erinomainen lisä 30 päivän Cleanse-ohjelmaan.

- Lisää 2 tippaa 240 ml:aan vettä 5 päivässä (yhteensä 10 tippaa/vrk).

PÄIVÄT 1-10 AKTIVOINTI



Zendocrine™ -pehmytkapselit

Zendocrine™-pehmytkapselit sisältävät Zendocrine Uuden alun sekoitusta, jossa on tangeriinin, rosmariinin, palsamipelargonin, katajanmarjan ja korianterin lehden eteerisiä öljyjä.

PÄIVÄT 11-20 PUHDISTUS



GX Assist™

GX Assist™ on yhdistelmä CPTG™-laadun eteerisiä öljyjä ja kapryylihappoa. GX Assist sisältää oreganon, teepuun, sitruunan, sitruunaruohon, piparmintun ja timjamin eteerisiä öljyjä.

PÄIVÄT 21-30 UUDISTUMINEN



dōTERRA PB Restore™


















PB Restore is formulated as a foundational supplement to benefit your body. Provides a unique formulation of 30 prebiotics, probiotics and postbiotics.



DDR Prime™ Softgels -pehmytkapselit

DDR Prime™ sisältää frankinsensin, villiappelsiinin, litsin, timjamin, neilikan, kesäkyntelin, niaoulin ja sitruunaruohon eteerisiä öljyjä. DDR Prime -pehmytkapselit tarjoavat helpon ja kätevän tavan nauttia eteeristä DDR Prime -öljysekoitusta.

dōTERRA™ 30-DAY CLEANSE TRACKER

	PÄIVÄ	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
xEO Mega™ Ota 2 pehmytkapselia aamuin illoin ruokailun yhteydessä (yhteensä 4 kpl/vrk).	 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Microplex VMz™ Ota 2 kapselia aamuin illoin ruokailun yhteydessä (yhteensä 4 kpl/vrk).	 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alpha CRS™+ Ota 2 kapselia aamuin illoin ruokailun yhteydessä (yhteensä 4 kpl/vrk).	 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Terrazyme™ Ota 1 kapseli aina aterian yhteydessä (yhteensä 3 kpl/vrk).	  	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zendocrine™ Complex Ota 2 kapselia päivittäin.	 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zendocrine™ -pehmytkapselit Ota 1 pehmytkapseli aamuin illoin ruokailun yhteydessä (yhteensä 2 kpl/vrk).	 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																				
GX Assist™ Ota 1 pehmytkapseli ilta-aterian yhteydessä.												<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>										
dōTERRA PB Restore™ Ota 1 kapseli päivittäin juuri ennen ateriaa.																						<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
DDR Prime™ -pehmytkapselit Ota 1 pehmytkapseli aamuin illoin ruokailun yhteydessä (yhteensä 2 kpl/vrk).	 																					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

PÄIVÄT 1-30



PÄIVÄT 1-10 AKTIVOINTI



PÄIVÄT 11-20 PUHDISTUS



PÄIVÄT 21-30 UUDISTUMINEN

