



Envie para uma amiga

*Envie esse PDF de presente para aquela amiga, parceira, best friend, esposa, mãe... que você sabe que está querendo conquistar um **Corpo Saudável e Qualidade de Vida** já na primeira tentativa!!!*

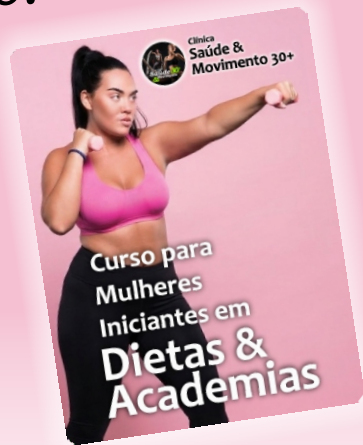


Clínica
**Saúde &
Movimento 30+**

**Curso para
Mulheres
Iniciantes em
Dieta &
Academias**

O único curso que transforma o seu corpo e sua mente ao mesmo tempo. Criado para superar os desafios das Mulheres comuns acima de 30 anos e sedentárias de alcançarem um corpo saudável e desejável.

depois desse Curso
você nunca mais
será a Mesma!





Pensando em
Emagrecer
e está querendo
Recomeçar
seu Projeto Fitness
de Novo!

Que tal dessa vez começar do jeito certo?

Mulheres 30+

Se você tem mais de 30 anos e vive caindo no **conto de fadas** das Redes Sociais de que somente com caminhada, dança, academia, suplemento e dieta, é o suficiente pra manter seu corpo em forma? Sinto muito mas, você está sendo Enganada!

Mas, fique tranquila
Você está no lugar Certo!
Esse curso foi feito pra você!

É uma corrida
contra o tempo!

90 Dias

Esse é o tempo que você tem pra não deixar seu organismo se reorganizar, antes que ele comece a manipular seus comportamentos e a sua fome. E você perca todos os resultados que conquistou nos últimos 120 dias sem que você perceba!

Por isso, tentar **Emagrecer sozinha**. sem dominar o que vai acontecer é tão difícil!



Pra quem é esse Curso?

Mulheres acima de 30 anos,
sedentárias de rotina comum:

Donas de casa, mães de família,
trabalhadoras de dupla jornada,
que já começaram e recomeçaram

Projetos de Saúde devido a
problemas relacionados a doenças
do Espectro Sedentário como:

Excesso de Peso, Obesidade, Estresses,
Gordura no Fígado, Diabetes, Ansiedade,
Depressão, Endometriose, entre outras...



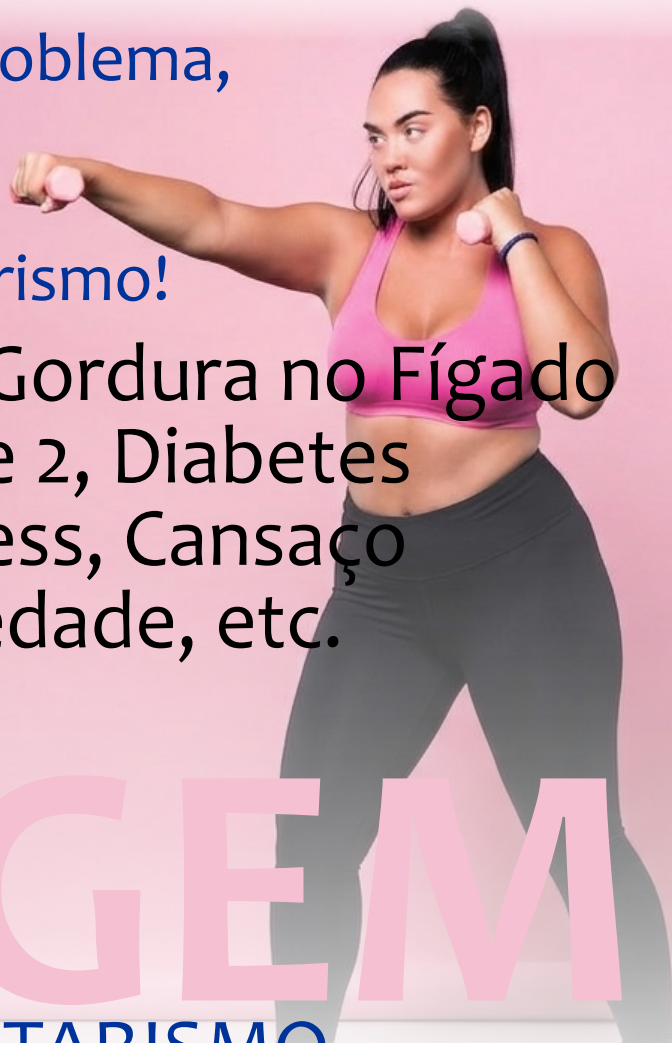
Não importa o seu problema,
as doenças do
espectro Sedentário
não perdoam amadorismo!

Excesso de Peso, Gordura no Fígado
Obesidade Tipo 1 e 2, Diabetes
Pressão Alta, Estress, Cansaço
Depressão e Ansiedade, etc.

Todas tem a mesma

ORIGEM

O SEDENTARISMO





As Redes Sociais sabem disso e estão usando suas doenças para te tornar **vulnerável** a todo tipo de opinião.

Sem a **instrução** correta, o seu problema esta te tornando uma **presa fácil** para a internet que vem ditando o que a **manada** vai: **Consumir, fazer e usar**. E faz isso através do excesso de **informações genéricas**.

Você esta sendo **escrava** do excesso de informação, e o seu **problema de saúde** também!

“Minha amiga,
vem aprender a fazer
o teu Projeto de Saúde
do jeito certo, acredite
você é **Única!**”



“Nada disso!
continua aprendendo
nas Redes Sociais,
aqui mulher é
tudo **Igual.**”

Até quando
você vai deixar as
**Redes
Sociais**
te dizerem
o que fazer?



O maior **investimento** que
você vai fazer na sua saúde, vai
ser aprender a montar o seu
próprio **Projeto de Saúde** em casa.
Usando todas as **ferramentas**
no tempo e no lugar certo!

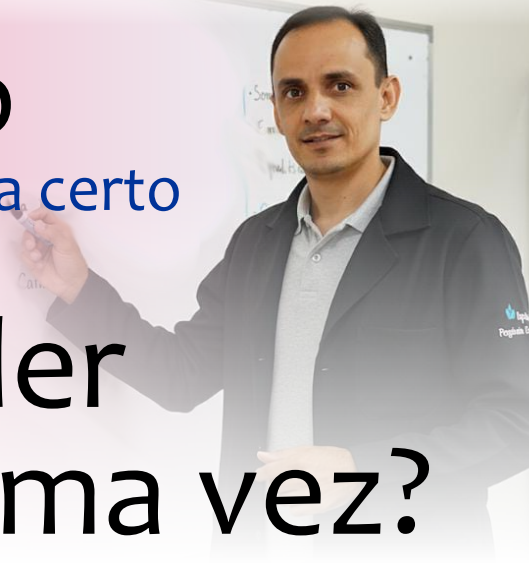
**Chega uma hora que você
precisa assumir o controle!**



Cansada de perder
tempo e dinheiro
tentando adivinhar o que daria certo
para o seu Projeto de Saúde?

**Que tal aprender
logo tudo de uma vez?**

O melhor das consultorias reunidas em um só lugar!



Tudo o que
você
precisa está
AQUI!



Então
me diz logo
pelo amor
de Deus o que
Eu preciso?
aprender!



 **Clínica
Saúde &
Movimento 30+**

**Curso para
Mulheres
Iniciantes em
Dietas &
Academias**

Pelo preço inferior a um Pote de Whey, Macacão, Tênis, uma leg ou uma Dieta Maluca, você vai conquistar sua **Liberdade!**



*Sim! Eu quero
deixar de ser refém
das Redes Sociais e
aprender a fazer o meu
próprio Projeto de Saúde.*

Clique Aqui!



CORAGEM



*Se você desistir agora,
cada pessoa que duvidou
de você vai estar correta!*



Se você vai **começar** ou
Recomeçar?

um Projeto de Saúde

Não perca mais tempo e

Comece do jeito certo?





Seja muito bem vinda!

Aqui começa a sua jornada rumo a saúde e qualidade de vida. Todos os temas foram escolhidos com muito carinho e obedecem uma seqüência lógica para realmente fazer a toda a diferença na sua vida. Depois desse curso você nunca mais será a mesma!



Esse curso reúne **o melhor das consultorias** dos bastidores das maiores clínicas de saúde e bem-estar do Brasil. A maior parte do conteúdo desse curso **você nunca ouviu falar**. Segredos esses mantidos a sete chaves, antes revelados somente a uma pequena parcela das mulheres que podiam pagar caro por essas informações. **Tudo esta a sua disposição agora!** Basta ter **calma e seguir** as consultorias para aprender a criar o seu próprio **PPS - Projeto Pessoal de Saúde**.



São as suas **motivações** fazem você tomar suas **decisões**. Para o seu Projetos de Saúde dar certo dessa vez é crucial que você conheça, entenda e registre suas **Motivações**. Sob pena de **repetir os mesmos erros**.



Não seja
Genérica

Capítulo 2

O maior **desafio dos profissionais** de saúde atualmente é lidar com mulheres doentes, acima do peso, ansiosas e depressivas completamente **encharcadas de informações genéricas** que acreditam estar no controle dos seus problemas.



As redes sociais estão usando as dores das próprias mulheres como: **doenças, vaidades, complexos e tudo mais**, para manter elas cativas e ditar o que elas devem ou não fazer. Fazendo com que elas invistam sempre no que vai mantê-las **doentes e dependentes** por mais tempo.



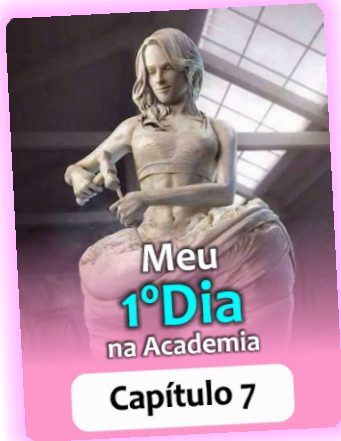
O **segredo** de todas as mulheres que alcançaram seus objetivos foi que um dia elas investiram **tempo e dinheiro** em **entender** o que elas precisavam fazer. E isso só é possível através de um **PPS - Projeto Pessoal de Saúde** que você vai aprender a fazer sozinha e em casa, aqui nesse curso.



Enquanto você não se colocar na condição de paciente do seu **Projeto de Saúde**, você jamais conseguira entender o que cada **Módulo de tempo** tem a te oferecer e o que esperar dele. E a **ansiedade** em ter resultados vai ser sua **maior inimiga** e fatalmente vai **te fazer desistir** do seu Projeto de Saúde seja ele qual for.



Se você não aprender a fazer o **percurso correto** em tratamentos de saúde, ou emagrecimento, ou hipertrofia você não vai conseguir ter resultados sólidos. 99% das mulheres **erram na ordem** dos profissionais quando iniciam suas tentativas de projetos de saúde, sem resultados consistentes desistem.



A partir do momento que você entra na academia e não entende que se trata principalmente de uma **sala de modelagem**, você começa a **desconstruir e deformar** o seu corpo. Aprenda aqui no curso os segredos da **modelagem do corpo**. antes de você mesma piorar a sua situação corporal.



Durante a **modelagem do corpo** existe princípios que devem ser preservados e respeitados sob pena de você criar expectativas **impossíveis** para ele. Cada tipo de corpo tem **padrões morfológicos** que podem ser aproveitados, melhorados e até piorados sem conhecimento. É bom ter atenção!

ANDE com PESSOAS
que te PUXAM para o
FUTURO que você DESEJA.



Capítulo 9

Acredite! Você sempre será a sua maior adversária, porém, as **pessoas próximas** de você não ficam muito atrás. E não é culpa delas, é senso de preservação. Basta você entender que não é só o seu organismo que está **acostumado** com o seu corpo a tanto tempo, as pessoas ao seu redor também. Por isso, elas precisam estar **preparadas** pra sua mudança. Senão elas vão te **atrapalhar**.



Aprenda quais as **diferenças** e as **competências** de cada profissional: **Médicos, Educadores Físicos, Nutricionistas, Instrutores, Personais Trainers e os Patos** de academia. O que esperar de cada um e como não ser **influenciada** por eles durante o seu Projeto de Saúde. Lembre-se, até os profissionais **competem entre si**, e você não pode ser uma barata tonta no meio deles.



Esqueça tudo o que você sabe sobre **Avaliações Físicas e Nutricionais**. E aprenda porque Avaliar sem um Projeto de Saúde, além de jogar dinheiro fora. Pode ser uma das **piores decisões** de Mulheres comuns e **sem instrução** podem tomar. E como essas Avaliações podem **piorar** o seu estado de saúde. Aprenda também quais os melhores momentos para **investir** em Avaliações.



Um dos **maiores desafios** de todas as mulheres comuns não é enfrentar o processo de **cura, saúde ou estética**. É descobrir onde o seu corpo começou a entrar em estagnação. O **Efeito Platô** só pode ser identificado por **profissionais clínicos da saúde preventiva**. Identificar a **origem** requer muita habilidade clínica. Ao identificar a **origem** do Platô você descobre a origem da maioria dos problemas.

Como Iniciar

Online ou
Presencial?

Perfil
Clínico
ou
Wellness?

Capítulo 13



Um detalhe que passa **despercebido** pela maioria das mulheres que pretendem iniciar seus Projetos de Saúde é o fato delas não priorizarem o **perfil do profissional** que vão acompanhá-las em sua jornada. Existem perfis **específicos** para cada tipo de Projeto. A escolha errada ou a troca de perfil profissional pode implicar em **perda de tempo, saúde e dinheiro.**



Os **seis primeiros meses** ou **dois primeiros módulos**, são cruciais e decisivos. Apesar de haver muitas mudanças **corporais e orgânicas** elas ainda não estão garantidas. Esse período é destinado a **consolidação de hábitos e rotinas** é responsável não só pelo **novo corpo** mais também pela **consciência da nova mulher** que você esta se tornando. Passou por eles da forma correta é quase impossível retroceder. **A sua antiga versão ficou pra trás!**



As redes sociais transformaram as academias em **templos de mentira, ostentação, distração** e esconderijo de uma **rotina desregrada**. Você pode começar sua **transformação** em qualquer lugar. Condicionar o sucesso do seu Projeto de Saúde ao **porte da academia**, é o mesmo que julgar a **fé de uma pessoa pelo tamanho da sua igreja**. A máquina que esta sendo **forjada** não depende da **estrutura** de onde você escolheu **moldá-la**. Muito pelo contrário quanto mais **cômodo** menos **resultados** positivos você tem.

Pelo preço inferior a um Pote de Whey, Macacão, Tênis, uma leg ou uma Dieta Maluca, você vai conquistar sua **Liberdade!**



*Sim! Eu quero
deixar de ser refém
das Redes Sociais e
aprender a fazer o meu
próprio Projeto de Saúde.*

Clique Aqui!





**Clínica
Saúde &
Movimento 30+**

EU QUERO

CLIQUE AQUI!

Curso para

Mulheres

Iniciantes em

Dietas & Academias



Clínica
Saúde & Movimento30+

Especializada em Saúde Preventiva
e Corretiva de Mulheres 30+



**CLIQUE
AQUI!**

Prof. Cássio Pinto

CREF: 009423-G/MA

Pós Graduado em:

Nutrição Clínica

Obesidade e Emagrecimento

Saúde da Mulher

www.saudeemovimento30mais.com.br



**Quer falar com o
Professor?**

*Se você quer tirar alguma
dúvida, ou queira saber mais
sobre algum serviço da Clínica
Saúde&Movimento30+, basta
clique na imagem ao lado!*