

Einnahmeprotokoll Energiepaket-Stress Mann

Einnahmемenge pro Tag

	Eve Multivitamin	UnoCardio 1000	Vitamin D3 & K2	D-Ribose Pulver	Adrenal Health	Magnesiumcitrat
	Zu oder unmittelbar nach einer Mahlzeit	Zu oder unmittelbar nach einer Mahlzeit	Zu oder unmittelbar nach einer Mahlzeit (Dosierung: April-Aug 1 Stk, Sept-Mär 2 Stk)	Zu oder unmittelbar nach einer Mahlzeit. Mit Tee, Wasser oder Kaffee auflösen.	Zu oder unmittelbar nach einer Mahlzeit	Zu oder unmittelbar nach einer Mahlzeit
Tag ↓						
1	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	10g	2 Stk	2 Stk
2	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	10g	2 Stk	2 Stk
3	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	10g	2 Stk	2 Stk
4	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	10g	2 Stk	2 Stk
5	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	10g	2 Stk	2 Stk
6	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	10g	2 Stk	2 Stk
7	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	10g	2 Stk	2 Stk
8	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	10g	2 Stk	2 Stk
9	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	10g	2 Stk	2 Stk
10	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	10g	2 Stk	2 Stk
11	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
12	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
13	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
14	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
15	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
16	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
17	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
18	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
19	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
20	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
21	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
22	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
23	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
24	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
25	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
26	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
27	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
28	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
29	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
30	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk	5g	2 Stk	2 Stk
31	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
32	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
33	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
34	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
35	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
36	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
37	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
38	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
39	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
40	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
41	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
42	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
43	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
44	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
45	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
46	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
47	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
48	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
49	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
50	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			2 Stk
51	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			
52	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			
53	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			
54	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			
55	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			
56	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			
57	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			
58	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			
59	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			
60	1 Stk	1 Stk	1 - 2 Stk			