

# 苏州减肥动作 众圣源头厂家 7天减肥动作

产品名称	苏州减肥动作 众圣源头厂家 7天减肥动作
公司名称	众圣（广州）科技有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	广州市海珠区新港中路376号11楼
联系电话	13229293538

## 产品详情

众圣集团众圣五色浅食、饭老虎、鲨鱼计划三大知名品牌。众圣五色浅食，10年数字电商运营经验，淘宝直播减i，健身房减肥动作，脂品类榜首;抖猫MCN机构已孵化500+红人，年收入累计达1.4亿;饭老虎O TC渠道累计服，务40万糖i糖尿病患者，2018年销售额突破1.4亿元;鲨鱼计划 专注源头抗糖，同步实现瘦身护肤，聚焦网红社交电商新零售。本公司主营业务有：减肥动作、减肥师培训、减肥班基地、减肥营基地、减肥培训师、瘦身技术培训等。欢迎各位来点咨询！

鱼计划科学抗糖，苏州减肥动作，同步实现健康身材管理和皮肤管理

近年来，肥胖人口数量逐渐增多，体重管理成为越多越多人的终身健康诉求。市面上各类减肥瘦身产品层出不穷，从不同角度上挖掘着健康减肥的新方向。

鲨鱼计划品牌团队通过与知名高校华南理工大学、江南大学、长春理工大学合作，联合各大食品科学硕士、国家高级营养师、权威机构健康顾问等顶级专业减肥人士，深入研究现代人日常饮食结构后发现，糖才是造成肥胖的根本原因。

人们在大量进食后容易造成身体血糖失衡继而影响胰岛素分泌，糖分直接变成脂肪储存，导致肥胖。此外，体内含糖量越高，与蛋白质结合产生糖化反应，皮肤也变得更黄、更松弛、易老化。所以糖才是现代人变胖、变丑的根源，唯有抗糖才能从根本上解决糖胖和皮肤糖化问题。

为此，鲨鱼计划以抗糖技术为核心，研发出市面首款抗糖餐，除了能够实现高效瘦身效果，还能同时起到护肤美白的作用。

众圣集团创立于1992年，是一家集健康养生、滋补美容、瘦身调理等功能食品以及智能医疗科技产品研发、生产、销售、服务于一体的多元化产业集团。在本公司您可以了解到导师减肥培训、金牌减肥师培训、金牌减肥营训练、健康减肥营、健康减肥动作、点穴减肥训练营等。众圣五色浅食，10年数字电商运营经验，淘宝直播减脂，脂品类榜首；抖猫MCN机构已孵化500+红人，年收入累计达1.4亿；饭老虎O TC渠道累计服务40万糖尿病患者，正规减肥动作，2018年销售额突破1.4亿元；鲨鱼计划专注源头抗糖，同步实现瘦身护肤，聚焦网红社交电商新零售。

那么为什么减肥要运动呢？

简单的来说，运动的主要目的是增加我们的代谢。身体的脂肪是能量营养，而我们每天吃饭也是在摄入能量，所以想减肥必须把摄入的能量抵消掉还要增加额外的消耗，才可以把已经储存起来的脂肪去消耗掉。

而为什么很多人去运动还依然瘦不下来，是因为我们虽然增加了运动量，但是好多人觉得我刚才做了那么多运动，可以放开了吃也不会胖了。其实累不等于运动量大，也不等于消耗多。好多时候我们的身体并没有真正的通过运动消耗多少能量，反而你随便一口就已经前功尽弃了。

其实运动的代谢仅仅占到身体内代谢量的极少部分，我们身体每天能量的代谢78%都是基础代谢。只有22%左右是各种运动的代谢，7天减肥动作，也就是说，哪怕你躺在床上不动，你都能保持每天80%的代谢率。

假如我们通过一些方法，在增加我们的代谢率，那么即使你不用如何运动，依然可以获得极高的消耗，不用花大量运动，依然可以让你瘦成一道闪电。

众圣集团创立于1992年，是一家集健康养生、滋补美容、瘦身调理等功能食品以及智能科技产品研发、生产、销售、服务于一体的多元化产业集团，拥有：鲨鱼计划知名品牌。旗下拥有众圣（广州）科技有限公司、广州爱浅食科技有限公司、佛山市众圣医疗科技有限公司、浙江善雅文化传媒有限公司等企业。公司主营业务有：跃动减肥营、跃动塑形训练、跃动瘦身训练、超级减肥培训、超级培训减肥、减肥瘦身培等。

鲨鱼计划核心减肥原则

1天浅食日（提升燃脂效率）

浅食日可以激活细胞自噬，激活细胞自噬的调控途径中，抑制哺乳动物雷帕霉素靶蛋白（mTOR）是重要一环，mTOR又与AMPK互相拮抗，这意味着低碳水浅食日还能通过AMPK调控细胞自噬与下游胰岛素敏感性。

1天大餐日（降低脂肪的摄入量，增加健康碳水和蛋白质）

一天允许增加100~150g的健康碳水食品，比如红薯、木薯、莓子、甜菜根或者其他块茎食物。你还可以

加入少量的健康谷物食品，比如糙米和藜麦。垃圾食品是绝对禁止的。记得睡前的3个小时内最好不要吃东西，如果实在要吃的话，分量尽量小。

大餐日是为了告诉身体，并不是进入了饥荒，这样可以帮助保持肌肉量，保持高效率的燃脂；

苏州减肥动作-众圣源头厂家-7天减肥动作由众圣（广州）科技有限公司提供。众圣（广州）科技有限公司（[www.tz1288.com](http://www.tz1288.com)）在其它这一领域倾注了无限的热忱和热情，众圣一直以客户为中心、为客户创造价值的理念、以品质、服务来赢得市场，衷心希望能与社会各界合作，共创成功，共创辉煌。相关业务欢迎垂询，联系人：梁文锋。