



YOHIMFLAME EX de **N2BM Nutrition** es el quemador de grasa que se aplica directamente en la piel, su uso constante le permitirá eliminar esa molesta grasa ubicada en espalda baja, cintura y abdomen. Aplica **YOHIMFLAME EX** de 2 a 3 veces al día para encontrar resultados parciales en la primer semana de uso.

El trabajo en conjunto entre su alimentación, entrenamiento y **YOHIMFLAME EX**, hace posible que puedas lucir tu figura sin recurrir a fuertes productos llenos de estimulantes que solo conllevan a efectos secundarios en su sistema nervioso.

Cuando usas **YOHIMFLAME EX** en tu cuerpo, obtienes un beneficio por encima de cualquier otro producto en el mercado, y este consiste en que estas aplicando una potente formula directamente en el problema, solo tomara unos minutos para que sus ingredientes activos comiencen actuar.

A continuación explicamos la forma en como actúa nuestra formula, adicionalmente que otros usos y beneficios puedes encontrar al usar un transdermico como **YOHIMFLAME EX**.

QUEMADOR DE GRASA

Una vez aplicado el producto sus ingredientes activos atravesaran las diferentes capas de piel hasta llegar a sus ácidos grasos (grasa) y así promover su oxidación. Muestra excelentes resultados en los depósitos de grasa como la “celulitis” y la “Ginecomastia”.

INGREDIENTES

Todos los ingredientes de esta formula favorecen la salud de tu piel. Consigues una piel suave e hidratada por días.



FUENTE DE ENERGIA

Como resultado del proceso de oxidación, obtenemos de esa grasa una potente fuente de energía para su metabolismo.

SINERGIA

La ciencia detrás de cada ingrediente es lo que nos permitió elaborar esta formula. Siendo un complemento perfecto para su plan de entrenamiento, mejorando todos sus efectos positivos.

MODO DE USO

YOHIMFLAME EX es un producto transdérmico con un sistema de aplicación *Roll-on*, es decir que trae un contenido líquido que por medio de una bola en su extremo el producto se ira esparciendo.

RECOMENDACIONES su uso constante le permitirá encontrar resultados parciales en semanas. Ubique las zonas con problema de almacenamiento de grasas (regularmente en abdomen, cintura, espalda baja, piernas, glúteos, brazos y pecho), y aplique el producto en el área garantizando su cubrimiento y secado completo. Se recomienda aplicar **YOHIMFLAME EX** un máximo de 3 veces al día.

MOMENTOS DEL DIA EN QUE PUEDE APLICAR EL PRODUCTO

- Cardio en ayuno.
- Antes de poner su faja.
- Previo a realizar una caminata.
- Antes de iniciar actividad física o laboral.
- Justo antes de su entrenamiento.
- Antes de ir a dormir.

Agitar



Aplicar



Dejar secar

TIPS ALIMENTACION

- **Estimula tu organismo haciendo ayuno intermitente.** Es una efectiva estrategia para promover la quema de grasa en el cuerpo. Una vez se restringe las calorías “energía” a las células de grasa, el organismo asume necesaria la medida de utilizar sus reservas “grasa” como fuente energética.
- **No consumir alimentos altos en sodio.** Los alimentos altos en sal aumentan la retención de líquidos en el cuerpo.
- **No consumir alimentos altos en grasa.** Las frituras incrementan los niveles de colesterol, grasa corporal y triglicéridos en el cuerpo, finalmente conseguimos sobrepeso y enfermedades cardiovasculares.
- **Comer más frutas y verduras.** El alto contenido de fibra y enzimas nos permiten mejorar el proceso de digestión. También se obtiene una potente fuente de antioxidantes, encargados de combatir toxinas y desechos en el organismo. Asimismo es buena fuente de minerales y vitaminas necesarias en el desarrollo y crecimiento.
- **Beber un mínimo de 3 litros de agua al día.** El agua ayuda con los procesos del cuerpo y brinda los niveles de hidratación necesarios para quemar grasa y hacer ejercicio.
- **Controlar el consumo de alimentos altos en azúcar.** Aguas endulzadas o gaseosas, cualquier tipo de alimentos que tengan azúcar añadido, estimularán la secreción de insulina. Cuando hay altos niveles de insulina en tu sangre, tu cuerpo no puede quemar grasa, y tus células de grasa absorben más energía.

RUTINA DE ENTRENAMIENTO

YOHIMFLAME EX es la mejor opción cuando se trata de quemar grasa localizada. Un cuerpo definido y unas curvas marcadas, es el resultado armonioso de un entrenamiento intenso, una alimentación saludable y un producto revolucionario. De esta manera queremos ofrecerte lo mejor en cuanto a *tips* de entrenamiento para que puedas obtener mejores resultados, en menor tiempo.

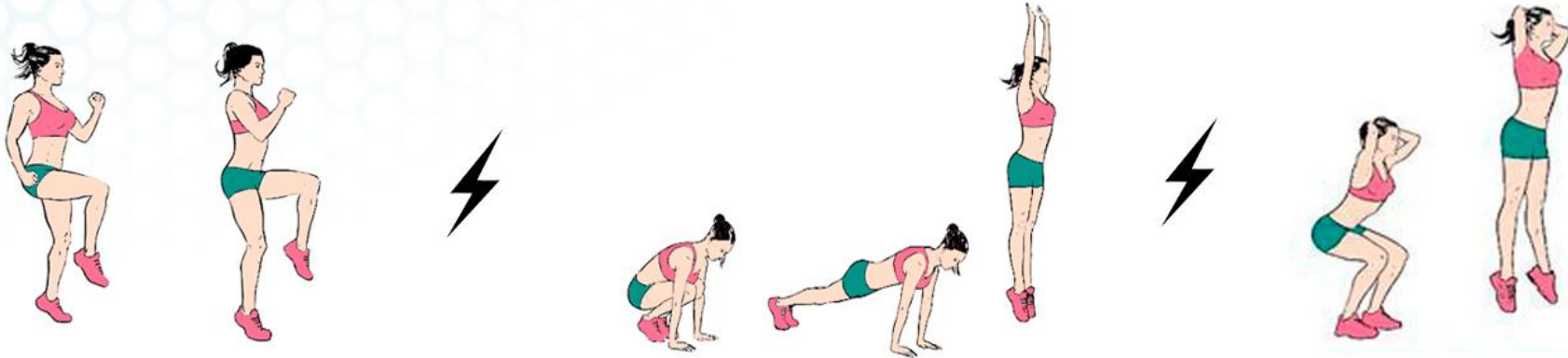
A continuación relacionamos conceptos generales que puedes utilizar abiertamente, pero de igual forma recomendamos consultar con tu médico o entrenador de confianza, si no tienes uno al final de este *brochure* encontraras nuestro personal.

- **Realizar cardio en ayuno.** En primer medida, el cuerpo requiere energía para moverse, es el organismo quien se encarga de captar esa energía, que al no tener fuentes rápidas del estómago, escala en la manera de utilizar sus reservas de grasa como combustible energético. En conclusión, se estimula la movilización de los depósitos de grasa, para así producir energía.
- **Estimula el proceso de termogénesis.** Consiste en incrementar la temperatura corporal, en este caso inducida por el ejercicio físico para desencadenar una oxidación de grasa. Recomendamos incluir una rutina de alta intensidad como: *HIIT (High Intensity Interval Training)* donde se debe tener un acondicionamiento previo, al igual que recomendamos obtener una recuperación completa, antes de volver a ejecutarla.

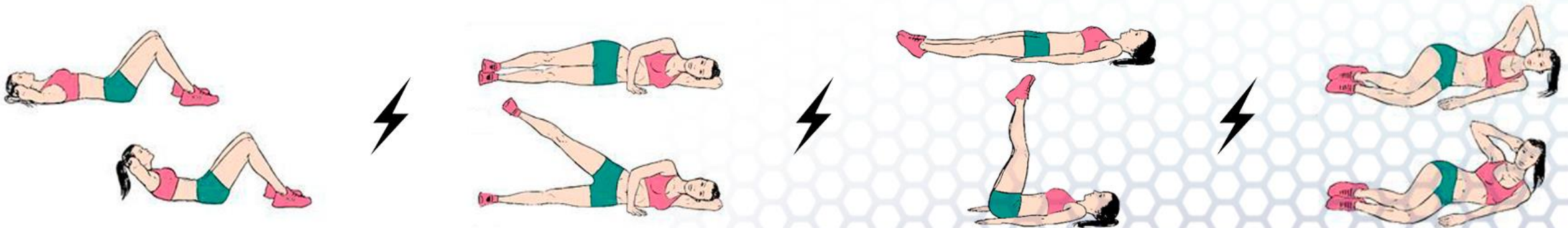
Observa los siguientes ejemplos de rutinas de entrenamiento que son muy fáciles de implementar en tu día a día.

RUTINA DE ENTRENAMIENTO

Cardio en ayuno: 3 ejercicios. Trote (10 a 15 minutos continuos), *Burpees* (3 series 15 repeticiones), Sentadilla-salto (4 series 10 repeticiones).

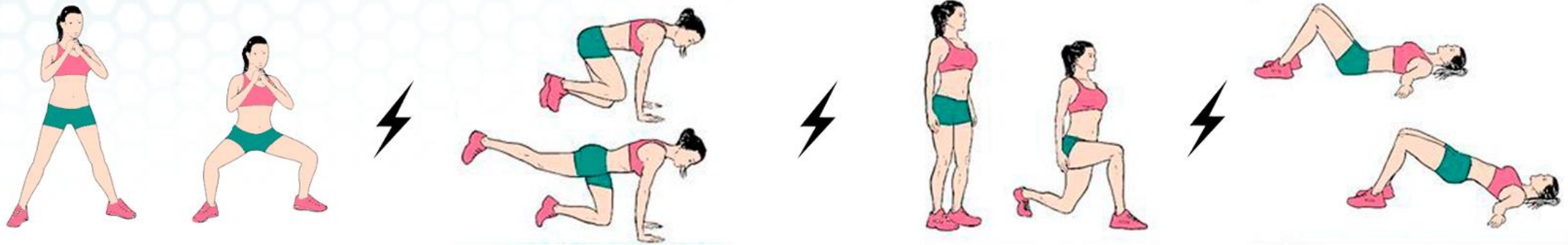


Rutina zona ABS: 4 ejercicios. Abdominales (4 series de 12 repeticiones), Elevaciones laterales (2 series 12 repeticiones con cada pierna), Piernas elevadas (4 series 12 repeticiones), Abdominales laterales (2 series 12 repeticiones por cada lado).



RUTINA DE ENTRENAMIENTO

Rutina Gluteo-Pierna: 4 ejercicios. Sentadilla sumo (4 series 15 repeticiones), Patada atras (3 series 12 repeticiones), Estocada (4 series 10 repeticiones), Puente (4 series 10 repeticiones).



Rutina HIIT (High Intensity Interval Training): 4 ejercicios (Skipping, Sentadilla-salto, Saltos jacks, Burpees) donde se quiere hacer el mayor numero de repeticiones en un tiempo de 25 a 35 segundos, logrando una intensidad alta y se alterna con una intensidad minima o de recuperacion. 30 minutos total.



INGREDIENTS:

Water,
Isopropyl Alcohol, IPM,
Yohimbine,
Alpha-yohimbine,
7-Keto-DHEA,
Synephrine, Caffeine,
Raspberry Ketones

Manufactured for: N2BM Nutrition Inc
282 Terranova Lane Henderson NV 89074
(702) 202-0463
N2BM.com

3 FL OZ (88.72 ml)

TOPICAL FAT BURNING AGENT

INGREDIENTES

- **Alcohol Isopropilico:** Antes que nada teníamos que asegurarnos que la zona a donde llegue este producto estuviese 100% desinfectada, libre de bacterias. Además puede eliminar el exceso de grasa atrapado en la dermis, regularmente en piel con acné.
- **IPM (Miristato de isopropilo):** Un ingrediente con muchos estudios que aspira a ser el mejor potenciador de la piel. Se caracteriza en esta fórmula por sus acciones hidratantes, de absorción y permitir que la piel respire.
- **Yohimbina:** Sustancia química extraída de la corteza de un árbol llamado Yohimbe. Trabaja como un potente estimulante que bloquea los receptores de Adrenalina Alfa-1 y Alfa-2, Serotonina y Dopamina. Lo cual termina incrementando la producción de Noradrenalina, creando un estado de alerta que facilita la utilización de grasa como energía.
- **Alfa-Yohimbina:** Una versión más activa y concentrada de la Yohimbina. En efecto funcionan mejor juntas para quemar grasa.

INGREDIENTES

- **7-KETO-DHEA:** Es un compuesto muy eficaz para quemar grasa, mientras se combine con ejercicio y una dieta hipocalorica. Asimismo los estudios enseñan efectos antienvjecimiento cuando se usa por vía tópica.
- **SINEFRINA:** Los estudios demuestran que la combinación perfecta entre Sinefrina, Cafeína y Cetonas de Frambuesa, refleja resultados positivos en la reducción de grasa corporal. También mejora el desempeño atlético en deportista.
- **Cafeína:** Es la sustancia más bebida por los atletas en el mundo gracias a sus efectos estimulantes sobre el sistema nervioso, y promotor de la termogenesis, que conlleva a una quema de grasa.
- **Cetonas de Frambuesa:** Un potente estimulante que funciona muy bien con los demás ingredientes de la fórmula. Las Cetonas de Frambuesa aceleran el metabolismo, incrementan la temperatura y disminuyen el apetito, de esta manera nos ayudan a quemar grasa.

INGREDIENTS:

Water,
Isopropyl Alcohol, IPM,
Yohimbine,
Alpha-yohimbine,
7-Keto-DHEA,
Synephrine, Caffeine,
Raspberry Ketones

Manufactured for: N2BM Nutrition Inc
282 Terranova Lane Henderson NV 89074
(702) 202-0463
N2BM.com

3 FL OZ (88.72 ml)

TOPICAL FAT BURNING AGENT