
Subject: Meine NEMs

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 03 Jul 2007 07:51:59 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So sieht mein Programm im Moment aus:

Arginin 5g
VitC 2-3g
Lecithin 1-2g
Biotin 10mg
Kieselerde 1g
Artischocken-Extrakt 1g
Carnitin 1,5g
Magnesium 300mg
Lachölkapseln 5g
Gelbwurz-Extrakt 400mg
MSM 2g
Resveratrol 40mg
VitB Komplex
Selen 200µg
NAC 1g
Becel Magarine

Dazu kommt demnächst noch Lysin, Glutamin und Maca.

Weiss nicht ob ich jetzt was vergessen habe. Aber das Programm geht hauptsächlich gegen meine schlechten Cholesterinwerte. In 2 Monaten werde ich die Werte erneut messen lassen und beweisen wie es auch ohne Statine geht!
