
Subject: regimen eines amis

Posted by [glockenspiel](#) on Sat, 06 May 2006 14:10:12 GMT

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

My Regimen: Morning:

1x Multi-Vitamin – NSI Men's Occupower (11/05)
2x Beta Glucan - 250mg (11/05)
1x ALCA & ALA - 500/250mg (11/05)
1x L-Taurine – 500mg (11/05)
1x Mushroom Extract - 200mg (11/05)
1x Fo-Ti - 160mg (06/05)
2x Gotu Kola - 435mg (11/05)
1x L-Lysine - 500mg (03/05)
1x Glisodin - 500mg (11/05)
1x SDG Flax Lignan - 70mg SDG (11/05)
1x NAC – 600mg (01/06)
2x Spirulina – 500mg (02/06)
2x Chlorella – 200mg (01/06)
1x Beta Sisterol - 300mg (11/05)
1x DIM - 100mg (11/05)
1x CGF – 225mg (12/05)
1x Hyaluronic Acid (12/05)

1x DHA – 200mg (03/06)

Lunch:

1x Multi-Vitamin – NSI Men's Synergy (01/06)
2x Beta Glucan - 500mg (11/05)
2x ALCA & ALA - 500/250mg (11/05)
1x L-Lysine - 500mg (01/06)
1x Green Tea Extract - 500mg (03/05)
1x NAC – 600mg (01/06)
2x Spirulina – 500mg (02/06)
3x Chlorella – 200mg (11/05)
1x Beta Sisterol - 300mg (11/05)
1x Ginkgo Biloba - 160mg
1x Ginseng - 900mg (06/05)
1x Flax Seed Oil - 1000mg (03/05)
1x SDG Flax Lignan - 40mg SDG (12/05)
1x Biotin - 5000mg (11/05)
1x L-Carnisone – 500mg (11/05)
1x Grape Seed Extract - 100mg (11/05)
1x Pomengranate – 100mg (03/06)
1x DHA – 100mg (03/06)
1X H Suppliment (03/04) - will phase out

Evening:

1x Multi-Vitamin – NSI Men's Synergy (01/06)

2x Beta Glucan 250mg (11/05)
2x ALCA & ALA - 500/250mg (11/05)
1x L-Taurine – 850mg (11/05)
1x Mushroom Extract - 200mg (11/05)
1x Fo-Ti - 160mg (06/05)
2x Gotu Kola - 435mg (11/05)
1x Green Tea Extract - 500mg (03/05)
1x Glisodin - 500mg (11/05)
1x SDG Flax Lignan - 70mg SDG (11/05)
1x Resveratrol - 35mg (06/05)
1x DIM - 100mg (11/05)
1x CGF – 225mg (12/05)
1x Hyaluronic Acid (12/05)
2x Spirulina – 500mg (02/06)
2x Chlorella (01/06)

During the Day:

2x glass of white tea (03/05)
1x Protein shake (03/05)
1x Propecia (02/05)
Veggie Diet (01/05)
Juicing (04/06)

Shampoo/Conditioner:

ADVANCE(ril) Hair Shampoo (Emu) (11/05)
+ Nizoral (02/05)
+ Shale Shampoo (Morroco Method) (02/06)
+ Micerllin Green (Elsom Research) (04/06)
+ ACV Shampoo (Morocco Method) (12/05)
ADVANCE(ril) Hair Conditioner (Emu) (11/05)

Topical:

ACV/Cayenne Rinse in shower (12/05)
Tricomin/Folligen spray (Copper peptides) (04/05)
Emu oil (12/05)
ZomaZor (02/06)

Soap:

Dr Bronner's Soaps (11/05)

Dental:

Jason Powersmile Whitening Toothpaste (03/06)

Deoderant:

Aubrey Organics (Rosemary) (10/05)
Aubrey Organics (Yams) (10/05)

Facial Lotion:

Derma-E w/ Hyaluric Acid
Aubrey Organics Blue Algae

Water filter for shower (11/05) - Filters Chlorine and Fluoride

Why all of this? To detoxify my body and maintain/regrow hair. Organic is key.

da zieht sogar tino den hut

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [frühaufsteher78](#) on Sat, 06 May 2006 14:35:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

LOL
Und ich dachte schon wir sind die Vollgestörten.

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sat, 06 May 2006 14:52:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mal schauen was tino sagt, vllt toppt der das sogar
Aber schon krass, da ist Haarausfall Hauptbestandteil vom Leben, das ist total schwachsinnig

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [Angie65](#) on Sat, 06 May 2006 15:37:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Den würd ich gern mal sehen.....der muß ja aussehen wie gemalt....volles gepflegtes
Haar, weiße Zähne....makellose Haut....kurz : ein Bild von einem Mann !

Wenn`s hilft....

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [tino](#) on Sat, 06 May 2006 15:49:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja der Junge macht das genau richtig....er weiss auch warum.Aber fehlt da nicht ein bischen
Finasterid,..oder hab ichs überlesen?

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [Figaro03](#) on Sat, 06 May 2006 15:51:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

LOL,

ne er hats drinnen.

Zitat:

During the Day:

2x glass of white tea (03/05)

1x Protein shake (03/05)

1x Propecia (02/05)

Veggie Diet (01/05)

Juicing (04/06)

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [Figaro03](#) on Sat, 06 May 2006 15:54:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich frage mich ehrlich wie der das macht?

Zerstampft der das alles und schluckt es dann zusammen, oder?

Ich meine anders geht's ja nicht mehr bei so ner Menge...

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [frühaufsteher78](#) on Sat, 06 May 2006 16:07:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wieso, dafür kannst locker ein paar Mahlzeiten ausfallen lassen. *g*

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [Gast](#) on Sat, 06 May 2006 16:19:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Angie65 schrieb am Sam, 06 Mai 2006 17:37
kurz : ein Bild von einem Mann !

Welch Bildchen! aber ach, ein Bildchen nur!

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [kkoo](#) on Sat, 06 May 2006 16:30:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wir hatten doch mal das reg. von so einem anti-aging typen hier gepostet (der hatte schon ne glatze) - der war noch besser...:

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/10672/1036/0///0b0255d9110fb59547d00a81ee25f286/#msg_10672

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [Carolina](#) on Sat, 06 May 2006 16:35:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Meine Güte! Von den ganzen Pillen wäre ich schon so satt, dass ich komplett auf Nahrung verzichtenm könnte....

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [tino](#) on Sat, 06 May 2006 16:37:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey Carolina

Zitat:Mehr über mich:"

Wenn ich auf dien dazugehörigen Link klicke,..um mehr über dich zu erfahren,....steht da das ich einem toten Link gefolgt bin.

Gibt es noch eine andere Möglichkeit mehr über dich zu erfahren:-)?

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [Carolina](#) on Sat, 06 May 2006 16:48:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der Link hatte anfangs noch funktioniert...der sollte dahin führen:
http://www.alopezie.de/index_frau.html?3f8eb22e53ca7d2e53955b2e7f7d045a=2cc19216fcd55181dc9e47ef61f09b12

Komisch, komisch muß das nochmal ändern.

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [glockenspiel](#) on Sat, 06 May 2006 16:51:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

frühaufsteher78 schrieb am Sam, 06 Mai 2006 16:35LOL
Und ich dachte schon wir sind die Vollgestörten.

lol

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [Carolina](#) on Sat, 06 May 2006 16:51:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ah Mist, funktioniert schon wieder nicht....warum wird der Link nicht zu meinem Beitrag "Schaut doch mal! Hier stellen sich die Mitglieder vor" weitergeleitet???

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [Mona](#) on Sun, 07 May 2006 13:52:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Carolina

Hast du nochmal etwas verändert ? Wenn nicht: Bei mir geht das mit Deinem Link, ich komm` immer auf Deine Vorstellung... HmMMM

Sonst frag` doch mal den FrankfurtER, der weiß bestimmt Rat...

Liebe Grüße von Mona

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [tristan](#) on Sun, 07 May 2006 15:40:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kkoo schrieb am Sam, 06 Mai 2006 18:30wir hatten doch mal das reg. von so einem anti-aging typen hier gepostet (der hatte schon ne glatze) - der war noch besser....:

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/10672/1036/0///0b0255d9110fb59547d00a81ee25f286/#msg_10672

Hatte der ne Glatze? Ich glaube nicht.

Die Sachen die der Ami da nimmt sind schon teils ziemlich gut, nur würde ich die Multis weglassen.

Und zu dem Link von meinem Thread, ich habe mich mal näher mit den meisten Stoffen beschäftigt und der Großteil ist genial und hat super Wirkungen, das Problem ist das der viel zu viel nimmt von allem. Die verschiedenen Sachen zu nehmen ist zwar nicht schlecht weil alles andere Bereiche abdeckt, aber insgesamt ist das zu viel, wie Pilos schon sagte: "wenn er mal den löffel abgibt.....muss der als sondermüll besetzt werden.....vielleicht so'n kastor-behälter....."
LOL

Subject: Re: regimen eines amis
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Tue, 09 May 2006 22:58:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Water filter for shower (11/05) - Filters Chlorine and Fluoride

Das finde ich richtig klasse! In den USA wird das Trinkwasser extra fluoriert und Chlor beigesetzt. Warum? Na klar, dass solche Leute das wieder raus filtern. So ne Anlage kostet schlappe 3.000,00 USD, wenn's günstig kommt...