优秀科技，呵护健康。

让每一天更健康，充满美妙时刻

走走更健康

还在寻找简单又平价的健身方法吗？出去走走吧。

轻快的健走运动对日常生活大有裨益。它能够改善心肺健康、增强体能并消耗热量。[1] 而且适合几乎所有体质。只要着装合适，就能随时出发。

若您打算通过健走来改善健康状况，以下三条建议将帮助您增加每周运动量：

1. **边走边**等。等着接孩子放学？不如绕着学校或操场走一走。牙医迟到了？不如沿着停车场走走，打发下时间。正在和客服通话？不如戴上耳机，在家中或院子里走走。
2. **邀请**友人相伴。健走也是一种高效的社交方式。可以和邻居碰个面，或在午休时约上同事出去转转。您不仅能体验到其中的乐趣，还能增加步数，走得比每日平均步数更多。
3. 无**惧恶**劣天气。不必成为健身房会员，也能进行室内锻炼。在家中可以给自己设置爬楼梯锻炼的挑战、逛街时可以在店里多转几圈，还可以看看当地的高中或大学是否开放室内跑道。

让步伐更轻快

在健康计划中加入健走这个新元素时，重点要保证身体具备迎接新挑战的必要条件。

首先要靠真正的营养为身体提供能量。美泰骨关节胶囊和美泰乳清蛋白粉是实施自我照顾计划的两大高效补充剂。赶快加入自动订单，亲自体验效果吧！

立即购买！

美泰骨关节胶囊助力前行

总有一些日子，我们会过度锻炼。为了迎春打扫房屋、跟着孩子追逐奔跑，或者在健身房多做一组运动，这让您在当时感觉良好，但随后身体就会感到不适。

积极的生活方式应当有良好的身体感觉作为回馈。这就是我们研发美泰骨关节胶囊的初衷，这种补充剂能够将关节和软骨健康状况调节至最佳水平，同时在身体自然恢复的过程中帮助肌肉舒缓。*

避免出现在运动的第二天感到不适的情况。美泰骨关节胶囊！

立即购买！

为什么选择美泰骨关节胶囊？

美泰骨关节胶囊发挥了姜黄的功效，这是一种营养丰富的姜科植物，几个世纪以来都是阿育吠陀和其他整体健康系统的主要成分。姜黄与美泰骨关节胶囊中的其他天然成分结合时会迸发出自然能力，有助于身体从运动和其他强度过高的活动中恢复。*建议每日服用，久而久之就能保持健康状态。

减脂，而非减肌

运动强度越高，越容易起到减脂效果并维持健康的身体结构。然而，衡量健康水平的改善效果并没那么容易。对于正在减肥的人士而言，很难判断自己减掉的是脂肪还是肌肉。

这就要介绍美泰乳清蛋白粉了。它是一款优质的乳清蛋白粉，能让人产生饱腹感——这是同时实现减脂和增肌的秘密武器。*†

立即购买！

为什么选择美泰乳清蛋白粉？

美泰乳清蛋白粉易于服用。它采用天然来源的乳清蛋白，呈粉末质地，易于服用，可轻松融于饮料和冰沙中，或增加其他食物的营养价值。*每份都包含 10 克蛋白质，可让人产生饱腹感，仅有 45 卡路里，可最佳控制饮食摄入。*†

别犹豫，快行动！事不宜迟，马上添加到您的自动订单吧！

如果您确实打算多多健走、减脂和增肌，那就按需购买我们的营养品吧！*† 事不宜迟，马上把美泰骨关节胶囊和美泰乳清蛋白粉添加到您的自动订单吧！

立即购买！

维生素和矿物质的合理搭配对于全世界儿童都非常重要。但是，不发达国家儿童获得的很多食物并不能满足最低营养标准。您参与 M5M 计划将为我们和美泰的合作伙伴助力，共同为世界各地的儿童提供营养品，丰富他们的生活。

了解更多

优秀科技，呵护健康。

让每一天更健康，充满美妙时刻

*此说明尚未经过食品药物管理局评估。
本产品不可用于诊断、治疗、治愈或预防任何疾病。

MANNATECH

[1] https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/fitness/in-depth/walking/art-20046261#:~:text=You%20might%20start%20with%20a,most%20days%20of%20the%20week。

为了确保您能利收到电子邮件，请将noreply@mannatechmail.com 添加到您的通讯簿中，您之所以收到此电子邮件，是因为您已选择接收美泰公司电子邮件资讯。退此处取消订阅

© 1994-{now format='yyyy'}美 Mannatech, Incorporated. 版权所有：BounceBack、M5M、Mission 5 Million 五百万使命行动、Osolean、Mannatech 和独特 M 设计 Mannatech, Incorporated.的商标。
此为中文翻译，如有歧义，一切以英文版本为准。此邮件来自美泰1地址：1410 Lakeside Parkway,Suite 200, Flower Mound, TX 75028 USA,972-471-7400