

Справочные материалы сайта "Будь стройной!"

Будь стройной! система Татьяны Малаховой

Система Татьяны Малаховой, известна как «Будь стройной!» — уникальный путь без голода, фитнеса и подвешивания калорий, который позволяет без стресса, изнуряющих диет и без таблеток похудеть — вот это возможно благодаря инновационному решению проблемы ожирения с помощью таргетинга.

Интернет-магазин
Помощь в освоении системы

Система Наши услуги Как освоить Книги Питание Консультации Фото

"Пусть говорят" с Татьяной Малаховой

3 января 2012 года, буквально на пороге от нового года, миллионы зрителей включили Первый канал, чтобы увидеть передачу Ларры Малаховой «Пусть говорят» с темой «Уникальные диеты звезд». Самой уникальной диетой оказалась система нормализации веса Татьяны Малаховой.

[Узнать больше](#)

Наши новости

[Подписаться на новости](#) [Пригласить друзей](#)

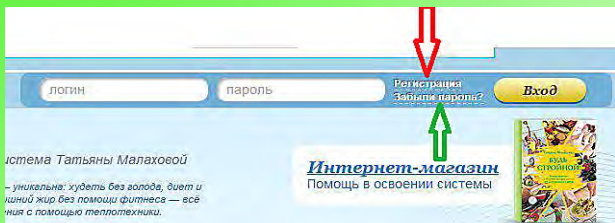
Новости сайта
20.6.2014
Новость, которую уже давно ждали:

Новости обучения
26.6.2014
Впервые: интенсивный очный тренинг

Наши новые записи
1.6.2014
Не бойтесь бросить вызов себе самим.

автор Татьяна Малахова

Здравствуйте!
Вот и Вы наконец-то нашли наш сайт!
Добро пожаловать!
Начнем с регистрации.



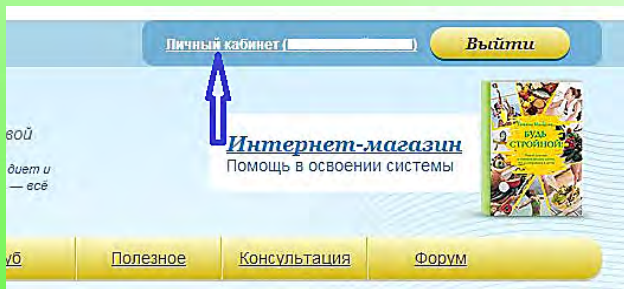
Вы же пришли на сайт с одним
вопросом-**как мне похудеть?**
Прежде всего надо
зарегистрироваться, чтобы иметь
полноценный доступ ко всем
материалам.

Как это сделать?
Читаем здесь!

Вы зарегистрировались на сайте!

Примите наши поздравления!

Теперь у Вас есть
личный кабинет!



Там, где белая полоска,
будет написано ваше
имя!

При регистрации желательно
написать имя русскими буквами.
Жмем на название-**личный кабинет**

И попадаем сюда!

СИСТЕМА | МЫШЬ УСКОРИЛ | Как обновить | Клуб | Пользователи | Консультанты | СТОРОЖ

Главная / Личный кабинет / **Личный кабинет**

Ваш статус: ← ←

Ваш персональный ID: ← ←

Мой вес сегодня

Внимание: введенное вами значение веса отобразится в следующей таблице в той колонке, дата которой следует за сегодняшней датой. До следующей контрольной даты (следующей даты в шапке таблицы) вы можете менять значение веса, и оно появится взамен введенного сегодня. После наступления контрольной даты введенное вами значение будет отображаться аналогичным образом в следующей колонке таблицы.

В последний раз (05.08.2013) вы весили кг.

Введите свой текущий вес (например:) в кг. (*):

←

Мой изначальный вес

Мой дневник ← ←

Личные сообщения
Измененные анкеты
Измененные дневники
Мои заказы
Мои материалы
Мой вес сегодня

Подпишитесь на новости «Будь стройной с Татьяной Малаховой!»

Email:

Имя:

Вы зарегистрированы в социальных сетях? В какой именно? (можно указать несколько)

Здесь Вы можете редактировать свою анкету, изменить свой пароль, написать личное сообщение, увидеть свои заказы, сделанные в нашем интернет-магазине, завести свой дневник, нажав на активную надпись-мой дневник и много еще чего!

Идем изучать сайт!
На главной страничке сайта есть
много чего интересного!

The screenshot shows a website interface with a yellow header containing navigation links: Система, Наши услуги, Как работать, Клуб, Полезные, Консультации, Форум. The main content area features a yellow-bordered box with the article title "Отрицательная калорийность пиццы - реальность!". Below the title is a short text snippet and a blue button labeled "Узнать больше" with a yellow arrow pointing to it. To the right is a photo of fresh fruits and vegetables on a scale. Below the main content are three columns of news items under the heading "Наши новости". The first column has a yellow box around the "Узнать больше" button. The second column has a red box around a "Подписаться на новости" button. The third column has a blue box around a "Пригласить друзей" button. A black arrow points to the "Подписаться на новости" button.

Система Наши услуги Как работать Клуб Полезные Консультации Форум

Отрицательная калорийность пиццы - реальность!

Специальность Тальны Маловой - телопевица, вот плоды она знает, как сделать, чтобы 10 калорий плюс 100 калорий в сумме дали всего 50 калорий и не оставят следа на стройной фигуре. Мышца об изотоничности и преобразовании энергии - это как на аэробике!

Узнать больше

Подписаться на новости Пригласить друзей

Наши новости

Новости сайта 1 20.6.2014 Новость, которую уже давно ждали наконец-то Роспатент зарегистрировал систему "Звезда стройности": как изобретение! Смотреть далее	Новости обучения 2 20.6.2014 Впервые: интенсивный очный тренинг Тальны Маловой "Осень на Исламе" - настоящая школа стройности! Смотреть далее	Наши новые записи 3 6.2014 Те Бонггеса Бросить вызов звездам: огорчи предсказаниями астрологов? Все зависит от СВЕТА! Смотреть далее
--	---	--

Обратите внимание на информацию в желтом прямоугольнике! если Вы нажмёте на кнопку, на которую показывает желтая стрелка, то прочтёте интересный материал!

Чёрная стрелка показывает на кнопки, где есть не менее 5-ти интересных статей! Если Вы хотите быть всегда в гуще событий, жмите на кнопку в красном прямоугольнике!

Если у Вас есть друзья, приглашайте их на сайт при помощи кнопки в синем прямоугольнике!

А теперь посмотрим, что же в зеленых прямоугольниках.

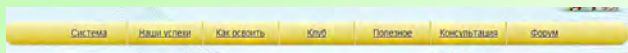


В первом- новости сайта,
во втором - новости обучения,
в третьем - наши новые затеи!

И все это Вы можете посмотреть,
нажав на соответствующие кнопки!

Вот добрались мы до самой важной
панели!

Панель управления сайтом!
Разберём меню панели!



На панели есть активные кнопки,подведя курсор мышки к кнопке, вы увидите выпадающее подменю!
Начнем с этой кнопки-под названием

Система



Если Вы подведёте курсор мышки к этой кнопке, то увидите выпадающее подменю!
Это подменю, можно увидеть слева,если Вы нажмёте на эту кнопку!

Что же там?

Жмите!И узнаете много интересного!

10 заповедей системы

Режим питания

Диета Дружбы

Психология стройности

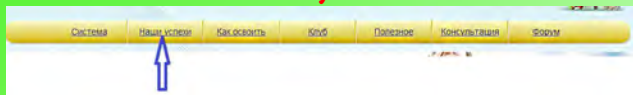
Физическая активность

Система в вопросах и ответах

Кстати: там же можно написать свой комментарий!

Если подвести курсор мышки к этой
кнопке

Наши успехи



в выпадающем подменю
будут следующие статьи:

Главная

Фото до и после

Отзывы о системе похудения без диет

Приёмный пункт лишнего веса

Мнение профессионалов

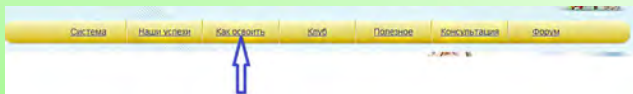
Хочу заметить, что под
названием подменю есть
множество статей, где можно
оставить свой комментарий!

Изучаем дальше главную панель!

Кнопка

Как освоить

говорит сама за себя!



вот и подменю!

Получить мини-курс цикла "Малахова
минус"

Расписание вебинаров

Вебинары в записи

Наш "самоучитель" - книга!

Дневники пользователей

Материал просто уникальный
и полезный, особенно для тех, кто

пришел впервые!

Как завести дневник и что там

писать, рассказано

в этой теме!

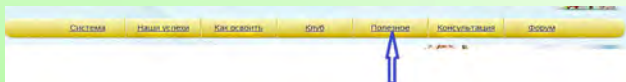
Продолжаем освоение панели!
На очереди кнопка
Клуб



Что это? Как туда попасть
Все ответы **здесь!**
А это подменю!

Заявка на вступление в клуб
Статьи для членов клуба
Видеоматериалы
Клубные вебинары
Интересно? Жмите, читайте!
Набирайтесь опыта!

Рассмотрим очередную кнопку панели
Полезное



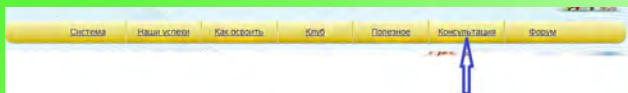
Навели курсор мышки и увидели
подмену

Кулинария стройности
Статьи
Возьмите на вооружение
МММ

Немного поясню:

в **Кулинарии стройности** Вы найдете множество рецептов, созданных и опробованных нашими форумчанами и проверенных нашими экспертами. В следующих разделах множество полезной информации. Читайте, вникайте, оставляйте свои комментарии!

Следующая кнопка
Консультация



Также имеет своё подменю

Консультационный Клуб
Задать вопрос Татьяне Малаховой
Блог "Малахова минус"

Пройдитесь по данным ссылкам и
Вы узнаете много интересного и
уникального для себя!

А в Блоге можете написать свои
комментарии к написанным **автором**
Татьяной Малаховой, статьям

И последняя кнопка на панели

Форум

Если Вы подведёте курсор мышки к ней, то увидите в подменю одно название

Доска почета!

Если Вы нажмёте на неё,то увидите наших отличников ДД!И Вы можете там быть!Дерзайте и у вас всё получится!

А теперь переходим,нажав на кнопку **ФОРУМ**

на основной ресурс нашего сайта!

Справочные материалы по форуму-на следующей странице

**Справочные
материалы
по форуму**

автор Татьяна Малахова

Первый раздел

Система нормализации веса Татьяны Малаховой

В этом разделе находится 11 форумов.

Каждый форум несет определенную информацию. Читая название форума Вы можете задать вопрос или просто написать сообщение именно туда, что на данный момент лично Вас интересует.

Очень советую начать с прочтения первого форума:
Вы - новичок? Много вопросов? Все ответы в этой теме!

и в первую очередь прочитать правила сайта и форума, чтобы не возникло недопонимания в каком-то вопросе.

Второй раздел

Практика освоения системы

Третий раздел

Клубы по интересам

Четвертый раздел

Помогает и сопутствует

Пятый раздел

Беседка

Шестой раздел

FAQ Техподдержка

Хочу обратить внимание тех, кто в первый раз на нашем сайте на форум

Шпаргалка по форуму и сайту

Находящаяся там информация очень важна для новичков (и не только)Она поможет быстро и безболезненно адаптироваться на сайте

Хочу еще представить наш
Консультационный Клуб

который организован с целью более глубокого и внимательного изучения системы снижения веса Татьяны Малаховой.

С правилами этого клуба можно познакомиться тут

Для того, чтобы иметь больше знаний, у нас есть **мини-интернет магазин.**

Там можно купить авторские книги Татьяны Малаховой, видео-уроки, методики, электронные книги и вебинары-он-лайн.

К сведению:

ни в одном из магазинов эта продукция не продается без разрешения автора.

Если у Вас остались какие-то вопросы пишите их на форуме и наши активные форумчане обязательно ответят Вам!

И напоследок!
Посмотрите нашу галерею успехов!

Нас уже более 30000 последователей этой уникальной системы Татьяны Малаховой! Присоединяйтесь и Вы, если хотите быть здоровыми и счастливыми!

Ждем Вас на сайте

БУДЬ СТРОЙНОЙ!

и еще:

система "Будь стройной" зарегистрирована как изобретение и ей присвоен патент.

Название изобретения:

«Способ снижения

избыточной массы тела на основе использования принципов работы теплотехнических устройств», номер патента 2526815.

Подробнее ...

До встречи на сайте!

