

# Landing Page Curta — Protocolo Corpo de Praia

**Produto:** Protocolo Corpo de Praia 30 Dias **Especialista:** Dani Moraes — Nutricionista Esportiva (CRN9 15935) **Formato:** TSL Compacta (800-1500 palavras) **Estrutura:** Blueprint de 11 secoes

---

## Analise Pre-Copy

**Starving Crowd:** Mulheres 25-55 (foco 40+) que treinam ha meses, fazem dieta, e nao veem mudanca no espelho. Nivel de desespero: 8/10. Proximidade do verao amplifica urgencia.

**Awareness:** Problem Aware (tendendo a Solution Aware). Sabe que esta travada, nao sabe por que.

**Sophistication:** Stage 3-4. Ja viu dezenas de "programas de emagrecimento". Precisa de mecanismo diferenciado.

### Two-Part Mechanism:

- Part 1 (Root Cause): O modelo tradicional (restricao + cardio fixo) CAUSA adaptacao metabolica. O corpo "aprende" a rotina e para de responder.
  - Part 2 (Unique Solution): Fenomeno DAE (Dupla Ativacao Estetica) — microciclos alimentares + treinos curtos de forca ativados SIMULTANEAMENTE criam imprevisibilidade metabolica.
- 

## SECAO 1: HOOK

### Eyebrow (pre-headline de segmentacao):

Para mulheres que treinam firme, fazem dieta certinho... e o corpo nao muda.

### Headline:

Nutricionista Esportiva Revela o Fenomeno de 30 Dias Que 900+ Mulheres Usaram Para Ver Resultado No Espelho — Sem Passar Fome e Sem Viver Na Academia

### Subheadline (anti-objecao):

Mesmo que voce ja tenha tentado de tudo. Mesmo que ache que seu metabolismo e "lento". Mesmo sem horas na academia.

### CTA Above the Fold:

EU QUERO O PROTOCOLO CORPO DE PRAIA

---

## SECAO 1B: CARROSSEL SOCIAL PROOF 1

**Titulo da secao:** O Que Falam Sobre o Metodo

**Slide 1:** Print WhatsApp — "Em 12 dias meu marido notou antes de mim. Nao acreditei!" — Renata, 38

**Slide 2:** Print Instagram — "Pela primeira vez vi definicao no abdomen. E continuo comendo pizza no sabado." — Juliana, 42

**Slide 3:** Print WhatsApp — "Achei que era minha genetica. Era o metodo errado esse tempo todo." — Patricia, 44

**Slide 4:** Print Instagram — "Meu personal perguntou o que eu mudei. Mostrei o protocolo." — Fernanda, 35

*Disclaimer: Resultados podem variar de pessoa para pessoa. Depoimentos reais de alunas do Protocolo Corpo de Praia.*

---

## SECAO 2: PROVA SOCIAL

900+ mulheres ja aplicaram o metodo.

97,2% viram diferenca no espelho em menos de 30 dias.

Profissionais liberais. Maes. Empresarias. Mulheres de 25 a 55 anos. Todas com a mesma queixa: "Faco tudo certo e meu corpo nao muda." Todas destravaram com o mesmo sistema.

---

## SECAO 3: DOR + CAUSA

Sera que voce se reconhece nisso?

- Treina ha meses (ou anos) e o corpo continua no mesmo ponto
- Comeca a dieta na segunda e desanda na sexta
- Sente que esta fazendo tudo "certo" mas o espelho nao muda
- Ja tentou cardio, low-carb, jejum, contagem de calorias — nada funciona
- Se compara com influencers e se sente uma fraude
- Evita certas roupas, fotos ou situacoes por inseguranca
- Sente culpa TODA VEZ que come algo fora do plano

Se voce marcou 3 ou mais, voce nao esta sozinha. E o problema nao e voce.

**Isso acontece por 3 razoes que ninguem conta:**

1. **Rotina metabolica:** Quando voce come e treina igual todo dia, o corpo se adapta e para de responder. E como ouvir a mesma musica — depois de um tempo, voce nem percebe que esta tocando.
  2. **Restricao excessiva:** Deficit calorico agressivo ativa o modo de conservacao. O corpo gasta menos e guarda mais. Voce passa fome — e engorda.
  3. **Exercicio errado:** Horas de cardio queimam calorias no momento, mas nao ativam as fibras musculares que geram transformacao visual. Voce sai exausta. O espelho nao muda.
- 

## SECAO 4: REFRAME

O problema NAO e voce. E o modelo.

Voce nao e preguiçosa. Nao e indisciplinada. Nao nasceu com genetica ruim.

O que aconteceu foi simples: o modelo que voce segue ha anos — mais restricao, mais esteira, mais sofrimento — ENSINOU seu corpo a travar.

Nao e questao de esforco. E questao de estrategia.

---

## SECAO 5: SOLUCAO

Apresento o Fenomeno DAE — Dupla Ativacao Estetica.

Um sistema em 3 passos criado pela nutricionista esportiva Dani Moraes apos mais de 900 atendimentos clinicos:

**Passo 1 — Reset Alimentar 7+7** Dois ciclos alimentares distintos em duas semanas. O corpo nao consegue se adaptar porque a alimentacao muda antes de ele "aprender". Resultado: o metabolismo sai do modo economico.

**Passo 2 — Treinos Modeladores Express** 18 minutos de exercicios de forca focados. Sem aparelhos caros. Ativam fibras musculares que horas de esteira nao alcançam. O corpo continua respondendo por horas apos o treino.

**Passo 3 — Guia Desbloqueio Semanal** Semana a semana, exatamente o que fazer, comer e ajustar. Sem paralisia por analise. Sem adivinhar. Seguiu? Resultado.

Quando os 3 passos sao ativados juntos, o efeito e sinergico: o corpo "acorda" e começa a responder visualmente em dias — nao meses.

---

## SECAO 6: STACK DE OFERTA

Veja tudo o que voce recebe ao garantir o Protocolo Corpo de Praia:

Item	Valor
Modulo 1: Reset Alimentar 7+7 (cardapios semanais completos)	<del>R\$97</del>
Modulo 2: Manual Anti Nutricao (7 sabotadores ocultos + substituicoes)	<del>R\$47</del>
Modulo 3: Guia Desbloqueio Semana a Semana	<del>R\$67</del>
Bonus 1: Treinos Modeladores Express (18 min/dia)	<del>R\$47</del>
Bonus 2: Planner Visual Corpo de Praia	<del>R\$27</del>
Bonus 3: Lista de Compras Inteligente (economica + premium)	<del>R\$19</del>
<b>No total, tudo deveria custar</b>	<b><del>R\$304</del></b>

Mas hoje voce tem acesso ao metodo completo + bonus por apenas:

**R\$37**

Ou 4x de R\$10,07 no cartao

Pagamento via PIX com acesso imediato.

[EU QUERO O PROTOCOLO CORPO DE PRAIA — R\$37]

Compra 100% segura | Acesso imediato | Garantia de 30 dias

---

## SECAO 7: O QUE ACONTECE APOS A COMPRA

Em 5 minutos voce recebe tudo no seu email. Em 30 minutos ja estara aplicando o primeiro ciclo. Em 10 dias o espelho comeca a contar uma historia diferente. Em 30 dias voce vai entender por que 900+ mulheres recomendam esse protocolo.

---

## SECAO 7B: CARROSSEL SOCIAL PROOF 2

**Titulo da secao:** Este Tipo de Resultado Pode Acontecer Com Voce

**Slide 1:** Transformacao visual — Cintura: -4cm em 30 dias (Mariana, 41). Legenda: "Achei que era menopausa. Era o metodo."

**Slide 2:** Transformacao visual — Abdomen definido em 3 semanas (Carolina, 33). Legenda: "18 minutos por dia. Mais nada."

**Slide 3:** Transformacao visual — Reducao de inchaco em 10 dias (Sandra, 47). Legenda: "Minha mae perguntou se eu fiz procedimento."

*Disclaimer: Resultados podem variar de pessoa para pessoa. Imagens e depoimentos reais de alunas do metodo.*

---

## SECAO 8: AUTORIDADE

Dani Moraes — Nutricionista Esportiva

- CRN9 15935
- 900+ mulheres atendidas em 4 anos de clinica
- Especialista em metabolismo e nutricao para mulheres 40+
- Prova viva do metodo (transformacao pessoal com o DAE)

"Eu criei o Protocolo Corpo de Praia porque vivi na pele o plato invisivel. Mesmo sendo nutricionista, meu corpo travou. Quando entendi que o modelo era o problema — nao a falta de esforco — tudo mudou. Primeiro pra mim. Depois pra 900+ mulheres."

---

## SECAO 9: FAQ

**Funciona pra quem tem mais de 40 anos?** Sim. O metodo foi desenvolvido com foco especial em mulheres 40+ que enfrentam desaceleracao metabolica. A maioria das 900+ mulheres que aplicaram esta nessa faixa etaria.

**Preciso de academia ou equipamentos?** Nao. Os treinos de 18 minutos podem ser feitos em casa, sem aparelhos caros. Toalha, cadeira e seu proprio corpo e o suficiente.

**E se eu nao tiver tempo pra cozinhar?** As marmitas do protocolo levam 15 minutos. Tem versao economica e premium. E a lista de compras semanal elimina a indecisao no mercado.

**E diferente das dietas que eu ja tentei?** Sim. O DAE usa microciclos alimentares — nao dieta fixa. A variacao estrategica impede que o corpo se adapte. Por isso funciona pra quem "ja tentou de tudo".

**Posso comer no final de semana?** Sim. A estrategia 80/20 e parte do metodo. Flexibilidade planejada, sem culpa, sem compensacao.

**E se nao funcionar pra mim?** Garantia de 30 dias conforme o Codigo de Defesa do Consumidor (Art. 49). Se voce nao gostar do que ve no espelho, devolvo cada centavo. Sem perguntas.

---

## **SECAO 10: CTA FINAL**

O espelho pode contar uma historia diferente em 30 dias.

900+ mulheres ja fizeram essa escolha. 97,2% viram resultado.

[EU QUERO O PROTOCOLO CORPO DE PRAIA — R\$37]

100 vagas no preco de lancamento. Depois volta pra R\$97.

---

## **SECAO 11: P.S.**

**P.S.** — Voce nao precisa de mais paciencia. Nao precisa de mais disciplina. Nao precisa de mais cardio. Precisa do metodo certo. O Protocolo Corpo de Praia e esse metodo — validado com 900+ mulheres, garantia de 30 dias, por R\$37.

**P.S.2** — As 100 vagas no preco de lancamento sao reais. Quando acabarem, o preco volta pra R\$97. Se voce esta lendo isso, a vaga ainda esta disponivel. Mas eu nao sei por quanto tempo.