

HERBALIFE 24

כנסו לכושר הטוב
ביותר שלכם



80% תזונה / 20% פעילות גופנית

חשוב לזכור!

תזונה היא המפתח להתאוששות
איכותית לאחר כל מאמץ פיזי.
היא משפיעה ישירות על התוצאה
הסופית.





דיויד הייבר

יו"ר המועצה המדעית המייעצת של הרבלייף
ומנהל המרכז לתזונה אנושית באוניברסיטת
קליפורניה*

"כשזה מגיע לשרירים-

השתמשו בהם או תאבדו אותם!!!

אם אתם לא מתאמנים ולאחר מאמץ גופני אתם בוחרים בתזונה לא נכונה ללא כמות חלבונים מספקת, אז עם הגיל השרירים יצטמקו.

עסקו בפעילות גופנית כל יום, ולאחר מאמץ גופני שתו שייק המכיל לפחות 20 ג' חלבונים במרווח של 30 עד 60 דקות מסוף האימון.

שייק חלבונים צריך גם להכיל פחמימות, אשר מעלות את רמת האינסולין ומסייעות באספקת חומצות אמינו ממחזור הדם לשרירים".

שייק PRO MAX

PRO MAX

משקה התאוששות עשיר
בחלבון לאחר האימון





PRO MAX

במהלך האימון, רקמות השריר ניזוקות
עקב העומס המופעל עליהן.
שייק חלבונים – פחמימות לאחר
המאמץ הגופני יסייע להתאוששות
מוצת של השרירים ולחיזוקם.

שייק PRO MAX

מנה אחת מכילה:

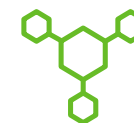
25 גרם חלבון



פחמימות



חומצות אמינו מסועפות שרשרת



45% מהצריכה היומית המומלצת של ברזל



190 קק"ל



HERBALIFE
24

PRO MAX

תוסף תזונה - אבקה להכנת משקה
ע"ב חלבון חלב

FORMULA 1 PROLONG PRO MAX

בסעם שוקולד

תאריך אחרון לשימוש ומספר אצווה: ראה בתחתית המיכל
תוסף תזונה

משקל נקי: 1 ק"ג

משקל מנה אחת (5 כפות): 50 גרם

מספר מנות באריזה: 20

שייק PROMAX



מקור לחלבון
עבור התאוששות מואצת ובניית מסת השריר



מכיל ברזל
לאספקת חמצן טובה יותר לרקמות



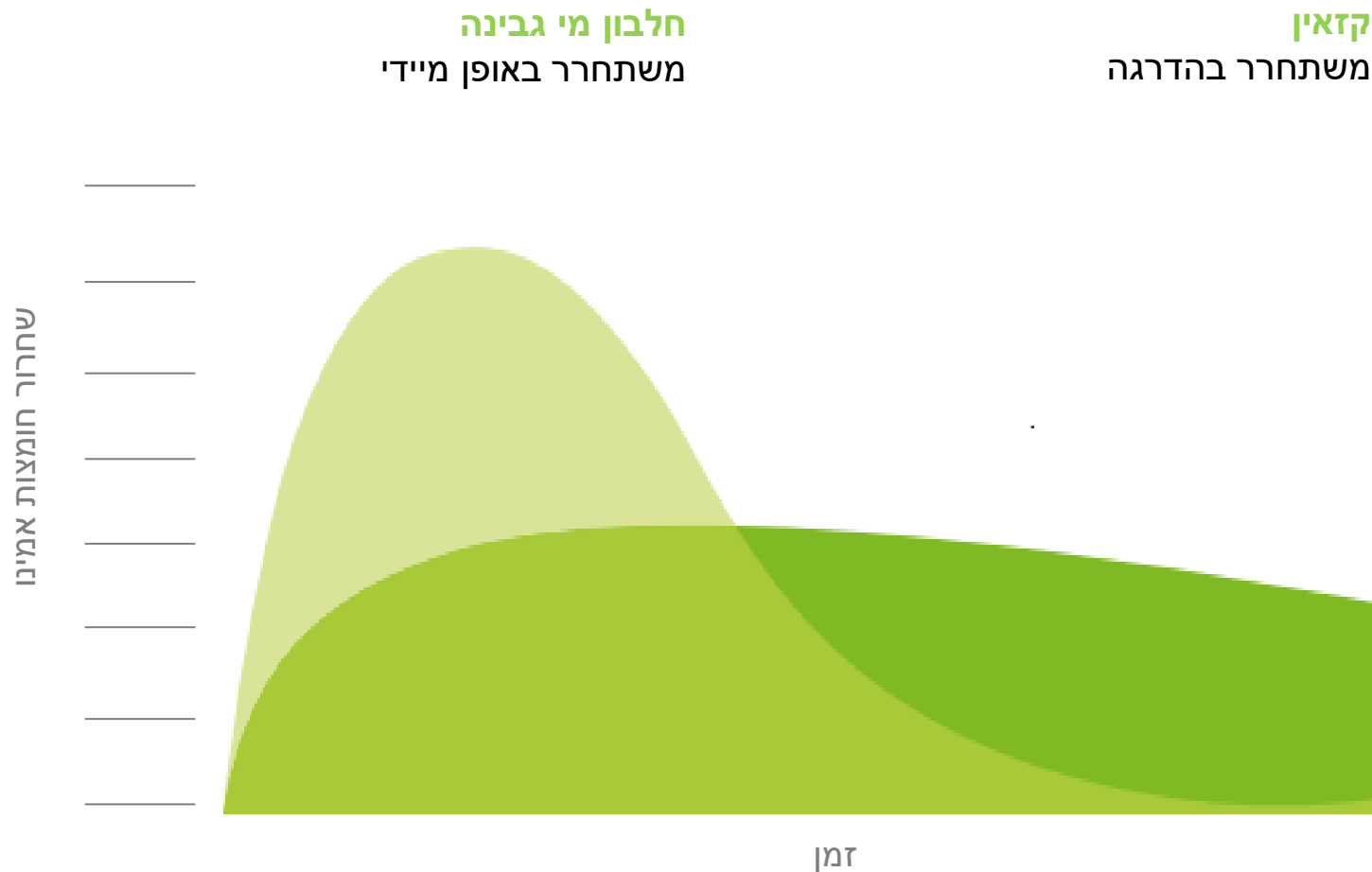
הרכב חומרים המכיל
חלבונים, פחמימות וחומצות אמינו
מסועפות שרשרת



אינו מכיל
טעמים מלאכותיים, צבעי מאכל וממתקים



חלבון – משקם ובונה את מסת השריר



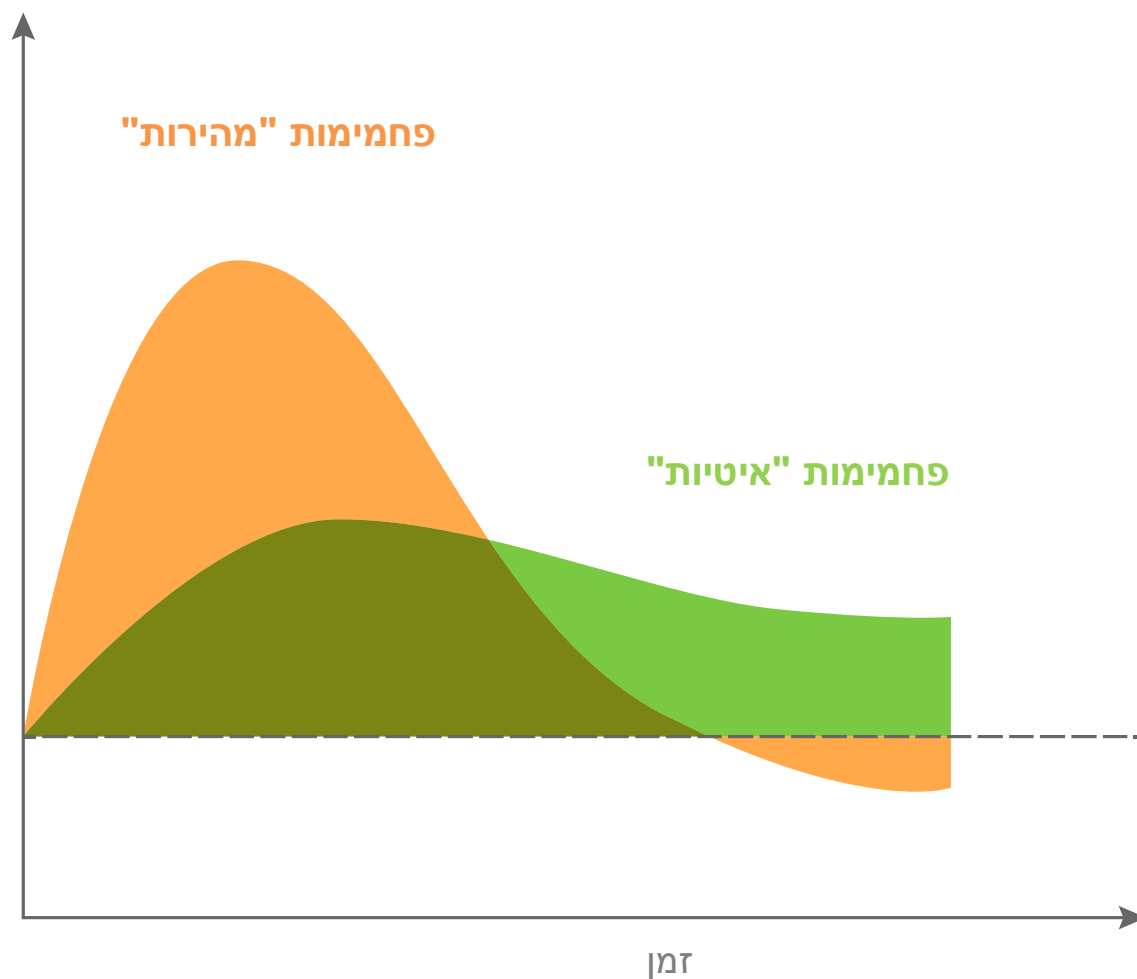
25 ג' חלבון

לשיקום ובניית מסת השריר
מרכיבים:

חלבון מי גבינה הנספג במהירות
בגוף, קזאין הנספג באופן איטי,
חומצות אמינו מסועפות ו- L –
גלוטמין המעורר תהליך פעיל
ומתמשך של בניית מסת השריר



כמות מתונה של פחמימות



צריכת כמות מתונה של פחמימות לאחר מאמץ אנאירובי חשובה יותר לשימוש יעיל בחלבון לשיקום בנייה של מסת השריר.

PRO MAX מכיל 18 גרם של פחמימות לאספקת אנרגיה התורמת לשימוש יעיל יותר בחלבון. פחמימות מורכבות - מלטודקסטריין, פרוקטוז וסוכרוז - מספקות אנרגיה מיידית וארוכת טווח.

ויטמינים ומינרלים חשובים

מנה אחת של PRO MAX מכילה ויטמינים ומינרלים חיוניים התומכים בהתאוששות הגוף לאחר מאמץ אנאירובי:

45% מהצריכה היומית
המומלצת לברזל

Fe

עד 95% מהצריכה היומית
המומלצת של ויטמינים
מקבוצה B*

B

צריכה יומית של ויטמין C*

C

שייק PROMAX



הוראות שימוש:

להוסיף 5 כפות מדודות
ל 250 מ"ל מים



לנער היטב



לצרוך עד 30 דקות
לאחר מאמץ גופני



תזונה מאוזנת להתאוששות השרירים לאחר מאמץ גופני

מוצר מזון מיוחד לספורטאים שייק Promax עם ל-גלוטמין וחומצות אמינו Promax / Rebuild Strength בטעם שוקולד*

מומלץ לספורטאים בתקופת אימונים אינטנסיביים כתוסף לתזונה הרגילה בהתאם לתוכנית המתאימה לענפי ספורט אלו, תחת פיקוח של רופא ספורט או מומחה לתזונת ספורט. פותח במיוחד עבור ספורטאים. המוצר מסייע בבניית מסת שריר לאחר מאמץ גופני אינטנסיבי.

מנה אחת מכילה:

25 גרם חלבון, 190 קלוריות, 1700 מ"ג ל-גלוטמין, 45% RCP ברזל
המלצות לשימוש: ל-הוסף 5 כפיות מדידה (50 גרם) ל-250 מ"ל מים, לנער היטב, לצרוך
תוך 30 דקות לאחר המאמץ הגופני.

בעת בחירת המינון עבור ספורטאים, יש להתחשב ברמת העצימות, המשקל, הגיל ורמת הפעילות. את משך השימוש יש לתאם עם מומחה לתזונה ספורט באופן אישי. צורת אריזה: אבקה במשקל 1000 גרם בצנצנת מחומר פולימרי.

לשמור במקום יבש וקריר

המוצר אינו מכיל חומרים אסורים בשימוש המופיעים ברשימה של הסוכנות העולמית נגד סמים בספורט.

תאריך הייצור ותאריך התפוגה מופיעים על גבי האריזה.

חיי מדף: שנתיים ממועד הייצור

אזהרה: אי סבילות אישית למרכיבי המוצר.



חומצות אמינו מסועפות שרשרת



חומצות אמינו עם מסועפות שרשרת (BCAAs) נקראות כך בגלל המבנה המסועף הייחודי שלהן.

חומצות אמינו מסועפות אינן מיוצרות בגוף ולכן הגוף אינו יכול לסנתז אותן, לכן הן חייבות לבוא עם המזון. מנה 1 של Promax מכילה מעל ל 4000 מ"ג חומצות

אמינו מסועפות שרשרת:

- L – איזולאוצין – 1500 מ"ג
- L – לאוצין – 1300 מ"ג
- L – ולין – 1500 מ"ג



- ל – גלוטמין – חומצת אמינו, לבניית מסת השריר
- מקדם התאוששות שרירים לאחר מאמץ גופני
- מסייע בשמירה על ההגנה הטבעית של הגוף
- במהלך האימונים מתרחש אובדן פעיל של ל-גלוטמין
- מנה 1 של PRO MAX מכילה 1700 מ"ג ל-גלוטמין – 340% מרמת הצריכה הנדרשת

התאוששות מואצת ובניית מסת השריר לאחר אימון כוח



- להשיג תוצאות בהגדלת מסת השריר ובהגברת הכוח - זו הינה המטרה של ספורטאים רבים. על מנת להשיג זאת, לא רק תוכנית אימונים מוצלחת חשובה, אלא גם תמיכה תזונתית מתאימה:
- צריכה מספקת של חלבון
- צריכה מתונה של פחמימות לשימוש אופטימלי של החלבון לבניית מסת השריר

התאוששות מואצת ובניית מסת השריר לאחר אימון כוח



- המוצר PRO MAX תוכנן במיוחד להתאוששות מואצת ולבניין השריר לאחר האימון:
 - צריכה מספקת של חלבון
- צריכה מתונה של פחמימות לשימוש אופטימלי של החלבון לבניית מסת השריר