

# Herbalife

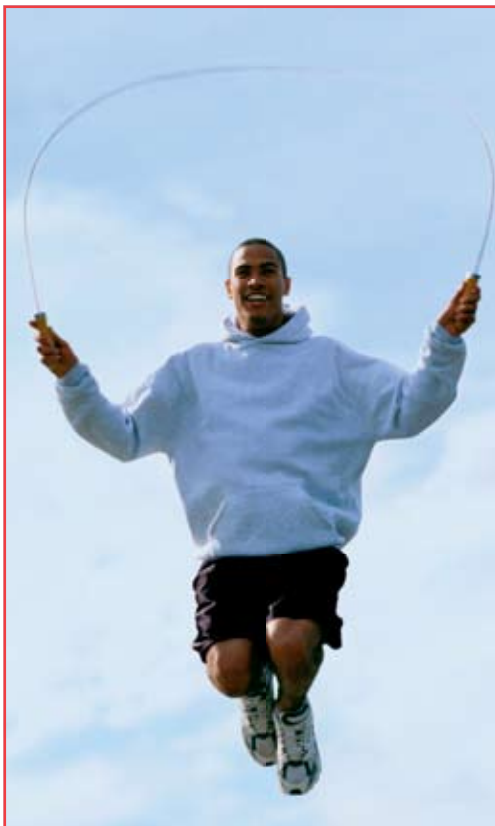
155. MAGYAR KIADÁS

Inspire

## A kiegyensúlyozott táplálkozás

elengedhetetlen ahhoz, hogy biztosítsuk szervezetünk számára a szükséges tápanyagokat a megfelelő működéshez. Sajnos a mai rohanó életmód következtében nem mindig sikerül egészséges ételeket választanunk és elfogyasztanunk a fontos tápanyagokat. Amikor tudatosan teszünk azért, hogy egészséges étkezési szokásokat alakítsunk ki, az étrend-kiegészítők segíthetnek a tökéletes egészség elérésében. A Herbalife gazdag **Célzott Étrend-kiegészítő** termékcsaládja olyan termékeket tartalmaz, amelyek a szív, az immunrendszer egészségét, az egészséges öregedést, az emésztőrendszer egészségét, valamint a nők és férfiak egészségét támogatják. Bármilyen egyéni wellness célokkal rendelkezik, a Herbalife számos lehetőséget kínál Önnek!





## Az egészséges, aktív életmód a kiegyensúlyozott táplálkozással kezdődik

Biztos benne, hogy megadja szervezetének a szükséges tápanyagokat minden nap? Sokan közülünk, bár úgy gondoljuk, hogy megfelelően táplálkozunk, nem fogyasztunk elegendő vitamint, ásványi anyagot és tápanyagot. A mai rohanó életmód mellett nem mindig tudunk egészséges és kiegyensúlyozott ételeket enni, mivel gyakran feldolgozott ételeket választunk; ezek tápanyagokban szegények a tárolás és a különböző alkalmazott növényvédőszer miatt.

A bevitt tápanyagok kiegészítésére fogyasszon multivitaminokat vagy célzott étrend-kiegészítőket. Az étrend-kiegészítők, például a multivitaminok nem helyettesítik az egészséges étrendet, de támogatást nyújtanak a tápanyaghiány káros hatásainak megelőzéséhez.

## Táplálkozzon egészségesen – a Herbalife segítségével

Úgy véli, hogy nem egyszerű egészségesen táplálkozni minden nap, főként, amikor úton van, kevés az ideje vagy utazik? A Herbalife olyan Alaptermékeket kínál, amelyek segítenek Önnek az egészséges táplálkozás kialakításában – amennyiben egészséges és kiegyensúlyozott ételekkel párosítja. Minőségi termékeink olyan alapanyagokat tartalmaznak, amelyekre minden szervezetnek szüksége van a tökéletes egészség megőrzéséhez.

Javasoljuk, hogy több ételcsoportból válassza ételeit, hogy szervezete minden szükséges tápanyaghoz hozzájusson. A makrotápanyagok olyan tápanyagok, amelyekre szervezetünknek viszonylag nagy mennyiségben van szüksége. A makrotápanyagok szerepe a következő:

- a szénhidrátok energiát adnak,
- a fehérje biztosítja az izmok regenerálódását és felépülését,
- a „jó” zsírok pedig elősegítik a sejtek, a bőr, a haj és a szervek egészségét.

A makrotápanyagok mellett szervezetünknek mikrotápanyagokra is szüksége van. A legtöbb vitamin és ásványi anyag mikrotápanyag. Ha gyümölcsökben és zöldségekben gazdag étrendet alakít ki, biztosíthatja szervezete számára a szükséges mikrotápanyagokat.

Ahhoz, hogy megtudjuk, milyen mennyiségben kell ezeket a mikrotápanyagokat fogyasztanunk naponta, egy irányelvet, a „napi ajánlott mennyiséget” kell figyelembe vennünk. Ez az a mennyiség, amely közel az összes (97-98%) egészséges egyén szükségleteit fedezi minden életkorban és mindkét nem esetében. Az ételeket gyártó vállalatok kötelesek a termék összetevőit a címkén feltüntetni, és több étel esetében megtaláljuk a tápanyag-összetételt is. Mindig olvassa el ezt a tájékoztató címkét, hogy tudja, mit fogyaszt.



# képzelve el, hogy csúcsformában van...

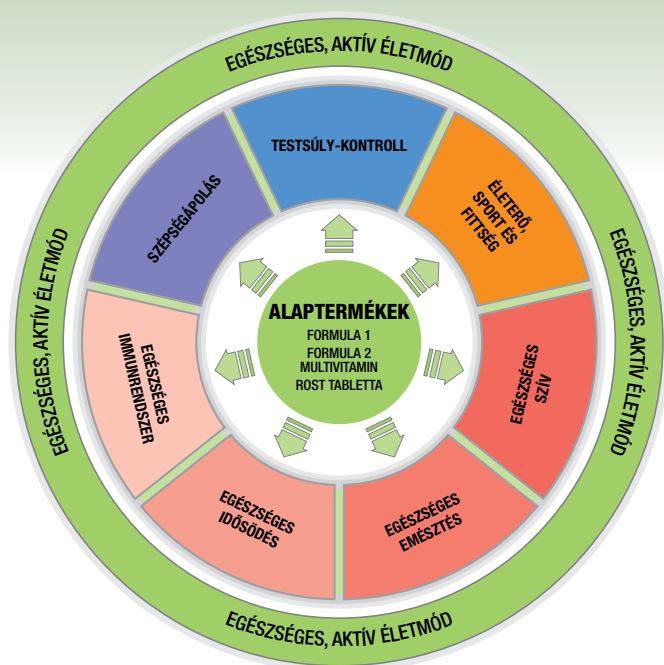
tápanyagokkal feltöltve, egészségesen, **feltöltődve**



Azzal tud szervezetének segíteni a tökéletes működésben, ha egészséges táplálkozást folytat – megfelelő mennyiségű makrotápanyagokkal és mikrotápanyagokkal, valamint az étrend-kiegészítők támogatásával. Vegyen részt egy

Fittségi Felmérésen helyi Független Herbalife Tanácsadója segítségével. A Fittségi Felmérés segít meghatározni szervezete egyéni tápanyag-szükségleteit és kiválasztani a megfelelő termékeket a szükségletek kielégítésére.

**A következő ábra a Herbalife Alaptermék Kerék, amely bemutatja, hogy a Herbalife® termékei hogyan kapcsolhatók össze az egészséges, aktív életmóddal.**



A kerék közepén található az Alaptermék, vagyis a Herbalife Formula 1, Herbalife Formula 2, valamint a Rost Tabletta.

- A Herbalife Formula 1 Shake egy ízletes, étkezést helyettesítő ital, amely biztosítja a szükséges tápanyagokat minden napra.
- A Herbalife Formula 2 Multivitamin-komplex a legfontosabb vitaminokat, ásványi anyagokat és növényi alapanyagok egyedülálló összetételét tartalmazza, így segít a vitaminok és ásványi anyagok teljes napi ajánlott mennyiségének bevitelében, amennyiben a Herbalife Formula 1 termékkel együtt fogyasztjuk.
- A Herbalife Rost Tabletta egy olyan étrend-kiegészítő, amely elősegíti a méreg- és salakanyagok kiválasztását; a Herbalife Formula 1 és Formula 2 termékekkel együtt fogyasztva támogatja az emésztési folyamatokat.

Az alaptermékeken kívül helyezkednek el a célzott étrend-kiegészítők, amelyek a kiegyensúlyozott táplálkozás alapjaira építenek. Személyre szabhatja programját, válassza ki azt a terméket, amely legjobban megfelel egyéni igényeinek. ...

# Támogassa egészséges, aktív életmódját a célzott étrend-kiegészítőkkel

Életkora, neme és életmódja mind-mind olyan tényező, amely befolyásolja szervezete tápanyagszükségleteit. Ha például sokat sportol és gyakran mozog, szervezetének antioxidáns kiegészítésre lehet szüksége, hogy megvédje a sejteket a mozgás közben termelődő szabadgyökök káros hatásaitól. Ha megcélozza szervezete különleges igényeit, pontosan azt

biztosíthatja szervezete számára, amire éppen szüksége van a teljeskörű és hatékony működéshez.

A Herbalife célzott étrend-kiegészítő termékei a kiegyensúlyozott táplálkozáson alapulnak és olyan tudományosan kifejlesztett összetevőket tartalmaznak, amelyek segítenek megőrizni egészségét.

## Immunrendszerünk egészsége

Ha gyümölcsökben és zöldségekben gazdag ételleket fogyaszt és célzott antioxidáns kiegészítőt választ, hatékonyan megvédheti immunrendszerét a szabadgyökök káros hatásaitól. A szabadgyökök megtámadják a sejteket, ezek testmozgás, stressz és légszennyezés

hatására termelődnek. Az antioxidánsok védelmet nyújtanak a szabadgyökök negatív hatásai ellen. Ha megfelelő, természetes, antioxidánsokban, C-, E vitaminokban és béta-karotinban gazdag ételleket fogyasztunk, erősíthetjük immunrendszerünket. Legyen védekezőképessége egész évben erős!

## Emésztőrendszerünk egészsége

Ha rostban gazdag ételleket fogyasztunk, például teljes kiőrlésű ételleket és gabonát, barna rizst vagy babot, segítünk emésztőrendszerünknek a hatékony működésben. Kutatások igazolják, hogy az emberek 80%-a nem fogyasztja el a napi ajánlott 24 gramm rostot. A rostot

tartalmazó étrend-kiegészítő elősegíti az ételek emésztését és a salakanyagok kiürítését.

- **Rost Tabletta #3114**
- **Aloe Max Italkoncentrátum #1137**



## Egészséges Idősödés

Ahogy öregszünk, szervezetünk tápanyagszükségletei is megváltoznak. Amellett, hogy sok gyümölcsöt és zöldséget, valamint elegendő rostot fogyaszt, igyekezzon csökkenteni a cukor, só és telített zsírok mennyiségét. A Herbalife Alaptermékei mellett szükség szerint használjon étrend-kiegészítőket is.

**Aloea Max Italkoncentrátum** 40% aloe gélt tartalmaz, amely természetes

módon elősegíti az egészséges emésztést és a szervezet öntisztító folyamatát.

#1137

**Herbalifeline® kapszulák** omega-3 zsírsavat tartalmaznak, amelyek segítenek megőrizni szíve egészségét.

#0065

**Niteworks® Italpor** L-Arginin tartalma magas, amely segíti a szív egészséges vérellátását.

#3150



Életre szóló  
wellness terve  
ma kezdődik.

A Herbalife tudományosan kifejlesztett étrend-kiegészítő, testsúly-kontroll és szépségápolási termékeit személyre szabott, barátságos szolgáltatásokkal és 30 napos pénzvisszafizetési garanciával egészítjük ki. Tekintse meg Termékkatalógusunkat!



Az Ön Független Herbalife Tanácsadója: