

Performance de pointe

Sugestion d'utilisation des produits

Les produits Herbalife peuvent être utilisés par ceux qui font simplement de la gym ou par ceux qui s'entraînent et font de la compétition plus sérieusement. Quel que soit le niveau d'activité de ces personnes, Herbalife peut être employé pour alimenter, réalimenter, réparer et contribuer au processus de récupération.

RAVITAILLEMENT

Trente minutes avant l'exercice utilisez la préparation pour boisson nutritionnelle aux protéines Formule 1 de Thermojetics™, diluée dans un jus de fruit. Cela vous apporte un carburant immédiat (hydrates de carbone) et permet de ne pas toucher au carburant stocké dans les muscles (glycogène musculaire).

HYDRATATION

Au cours de l'entraînement, de la compétition ou de l'exercice, buvez du liquide: au moins toutes les 15 minutes. Suggestions: Buvez de l'eau avec la boisson Herbal Aloe. Consommez de l'eau avec une solution très faible de la Formule 1.

Buvez le concentré aux plantes de Thermojetics™ aussi souvent que vous le souhaitez.

SECOND RAVITAILLEMENT

Dans les premières 30 minutes au cours de votre exercice, buvez la Formule 1 de Thermojetics™, mélangée dans un jus de fruit.

REPARATION

Buvez la Formule 1 diluée dans une boisson riche en protéines (lait de vache, lait de soja ou yogourt) ou mangez une Barre de protéines Thermojetics™. Pour un apport supplémentaire en protéines, mélangez la Poudre protéinée Performance* dans un shake à base de Formule 1. Pour améliorer l'assimilation de la protéine de lait, utilisez Aminogen* quotidiennement.

RECUPERATION

Prenez une combinaison de produits 'anti-oxydants Herbalife, notamment Joint Support-Glucosamine aux plantes*, Herbalifeline™*, Schizandra Plus*, RoseOx™, Cardio ToconOx™, Extreme C*, ainsi qu'un shake Formule 1.

EN PLUS

Pour assurer que vous recevez et absorbez une quantité adéquate de vitamines et minéraux, incluez les tablettes Multivitamines et minéraux et Cell Activator* dans votre alimentation.

Souvenez-vous, au cours d'un échauffement et une fois l'exercice terminé, il est vital de vous étirer et vous refroidir pour contribuer au processus de récupération et de réparation.

* produit non disponible en Suisse

**Nous avons
exactement ce qu'il
vous faut...**

Quoi de plus facile qu'un délicieux repas dans un verre rempli de macro et micro nutriments, plus une barre savoureuse bourrée de protéines et de compléments alimentaires haute-technologie au cours de la journée, pour maximiser votre capital en nutriments ? Cela semble si simple, et pourtant ces produits spécialisés ont subi des années de recherches et développement continu, qui ont abouti au paquet nutritif idéal pour les sportifs.