

Catalogo Prodotti - 2019 n. 1



HERBALIFE NUTRITION

La nuova
generazione
di Formula 1:

*Frutti
di bosco*



BENVENUTO IN HERBALIFE NUTRITION

LA RICETTA DELLA STAGIONE:

ENERGIA DAL BOSCO

¼ di tazza di mirtilli

¼ di tazza di more

1 cucchiaino di succo di limone

300 ml di acqua di cocco

2 cucchiaini dosatori di Formula 1* Frutti di bosco

85 g di yogurt greco bianco magro

Frullare fino ad ottenere una consistenza omogenea

17 G PROTEINE

209 KCAL

Share a
Shake 

 HERBALIFE
NUTRITION

VUOI ALTRE RICETTE COME QUESTA?
VISITA MYHERBALIFESHAKE.IT

* La ricetta riportata rappresenta esclusivamente un suggerimento. Il contenuto nutrizionale può variare in base agli ingredienti utilizzati. Formula 1 è un sostituto del pasto per il controllo del peso che si ottiene aggiungendo circa 26 gr in 250 ml di latte parzialmente scremato; per le informazioni nutrizionali, si prega di fare riferimento all'etichetta di prodotto.

IN QUESTA EDIZIONE

4-5

CHE TIPO DI BENESSERE DESIDERI?

I risultati della nostra inchiesta e qualche consiglio per realizzare i tuoi obiettivi.



16-17

COME CREARE UN PIANO ALIMENTARE

Consigli per scegliere gli ingredienti per preparare pasti nutrienti ed equilibrati.



19-23

FORMULA 1

Quattro nuovi gusti di F1: Caffelatte, Mela speziata, Menta e cioccolato, Frutti di bosco.



24-27 **PROTEINE**

Prodotti per l'integrazione proteica.

28-31 **VITAMINE E MINERALI**

Per il massimo del benessere.

40-45 **IDRATAZIONE**

Scopri AloeMax, la nostra bevanda con la più alta percentuale di puro succo di aloe vera da foglia intera (97%).

46-49 **HERBALIFE SKIN**

Clinicamente testati, per una pelle radiosa e dall'aspetto più giovane.

50-51 **LINEA HERBAL ALOE**

Idratare e nutrire con il potere lenitivo dell'aloè vera.

TROVATO QUALCOSA CHE TI PIACE?

Scarica la APP Herbalife NutritionGO troverai piani alimentari, ricette per shake e tanto altro ancora! Oppure visita il sito herbalife.it, entra in contatto con un Distributore Indipendente Herbalife Nutrition e ordina i tuoi prodotti preferiti direttamente online in pochi click!



APP PER UN CATALOGO PRODOTTI...ANCORA PIU' RICCO E INTERATTIVO!

Scarica la App Herbalife AR, inquadra con il tuo smartphone le pagine con il simbolo della App e guarda

i video di approfondimento per conoscere tante informazioni aggiuntive su argomenti specifici.

Scaricala gratuitamente dall'App Store o da Google Play oggi stesso!



Contatta un nostro Distributore Indipendente per conoscere meglio l'opportunità commerciale Herbalife Nutrition!

RAGGIUNGI GLI OBIETTIVI

CHIEDITI: CHE TIPO DI BENESSERE DESIDERO?

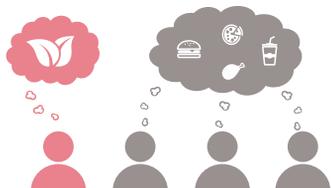
Diventare la versione migliore di se stessi non si riduce a un numero sulla bilancia. Per ognuno di noi significa qualcosa di diverso: può essere benessere fisico, felicità, autostima, performance sportiva e il primo passo è definire gli obiettivi.



QUALI SONO I TUOI OBIETTIVI DI PESO?

Raggiungere il tuo peso forma può significare cambiare stile di vita e, anche se serve forza di volontà, non devi necessariamente rinunciare ai sapori che ami.

Attraverso la filosofia Herbalife Nutrition ti offriamo gli strumenti e il supporto per aiutarti a raggiungere i tuoi obiettivi, a non perdere la motivazione ed a beneficiare dei vantaggi di uno stile di vita sano e attivo.



SOLO 1/4 DEGLI ADULTI AFFERMA DI PENSARE AL VALORE NUTRIZIONALE DI CIÒ CHE MANGIA¹.



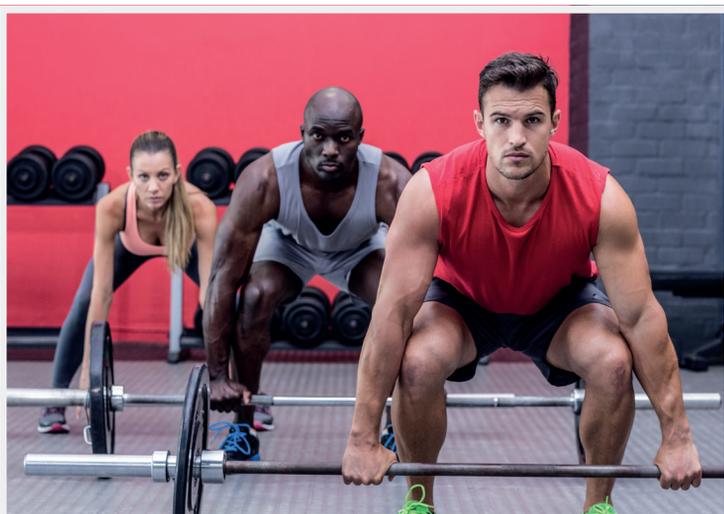
SOLO IL 15% DEGLI EUROPEI SI DEFINISCE "IN OTTIMA FORMA"¹.

QUALI VANTAGGI DÀ UNA VITA PIÙ SANA?

Uno stile di vita sano e attivo va sostenuto con una buona nutrizione. Il modo in cui nutri il tuo corpo influisce sul tuo benessere generale.

Per un benessere ottimale, segui una nutrizione equilibrata e un regime di attività fisica adeguati alle tue esigenze e al tuo stile di vita, non importa quanto frenetico sia.





QUALI SONO I TUOI OBIETTIVI DI FORMA FISICA?

Un fisico asciutto e tonico è il tuo grande obiettivo? Ti concentri sulla riduzione della massa grassa e sullo sviluppo muscolare? Riformisci il corpo in maniera adeguata prima, durante e dopo l'esercizio?

Grandi atleti in tutto il mondo si affidano a Herbalife Nutrition per raggiungere i loro obiettivi di forma e performance sportiva. Allenati come un vero atleta con la nostra linea di prodotti H24!



72% DEGLI EUROPEI ADULTI AMMETTE DI NON MANGIARE ABBASTANZA FRUTTA E VERDURA¹.

85% 
DEGLI EUROPEI
VORREBBE AVERE
UNO STILE DI
VITA PIÙ SANO¹.

FISSA GLI OBIETTIVI E SEGUI I TUOI PROGRESSI CON L'APP HERBALIFEGO!

Con l'app HerbalifeGO puoi connetterti al tuo Personal Coach (Distributore Indipendente) Herbalife Nutrition. Registra le tue misurazioni, monitora i tuoi progressi, ottieni piani alimentari, ricette, consigli, supporto e informazioni utili direttamente sul tuo smartphone.



PARLA CON IL TUO DISTRIBUTORE, TI DARÀ LE INDICAZIONI PER SCARICARE LA APP. DISPONIBILE SIA SU APPLE STORE CHE GOOGLE PLAY!

PRODOTTI DI QUALITÀ

DAL PRODUTTORE AL CONSUMATORE

PRODOTTI DI QUALITÀ CREATI PER TE

Individuiamo le esigenze dei nostri clienti e le combiniamo con le più recenti conquiste della scienza. I nostri ricercatori, scienziati e nutrizionisti collaborano con partner di livello internazionale per offrire ai clienti una nutrizione migliore. Herbalife Nutrition ha operato significativi investimenti in nuovi laboratori, strumenti per analisi, impianti, ingredienti e talenti scientifici al fine di rispettare i rigorosi standard dell'Organizzazione internazionale per la normazione (ISO) e della NSF International.

Il nostro obiettivo è rendere semplice la nutrizione equilibrata e per farlo abbiamo deciso di investire nella scienza. Da tre decenni la nostra leadership scientifica (che comprende David Heber, Ph.D., Presidente dell'Herbalife Nutrition Institute) lavora per realizzare prodotti di qualità e a ridotto apporto calorico che possano semplificare le scelte per un piano alimentare sano.

Ogni membro del Comitato Consultivo Herbalife per la nutrizione (che annovera anche un premio Nobel* per la Medicina e l'ex direttore della FDA**) è una figura di livello internazionale nel proprio ambito di competenza. Grazie al loro lavoro di squadra puoi fidarti dei nostri prodotti, con la consapevolezza che sono formulati in base a principi scientifici convalidati da pubblicazioni e trial clinici.

“ Stiamo creando una rete mondiale di stabilimenti di produzione. Investire in impianti, tecnologie e risorse con l'intenzione di aumentare la produzione interna rafforza il nostro primato nel settore e le nostre capacità operative. ”



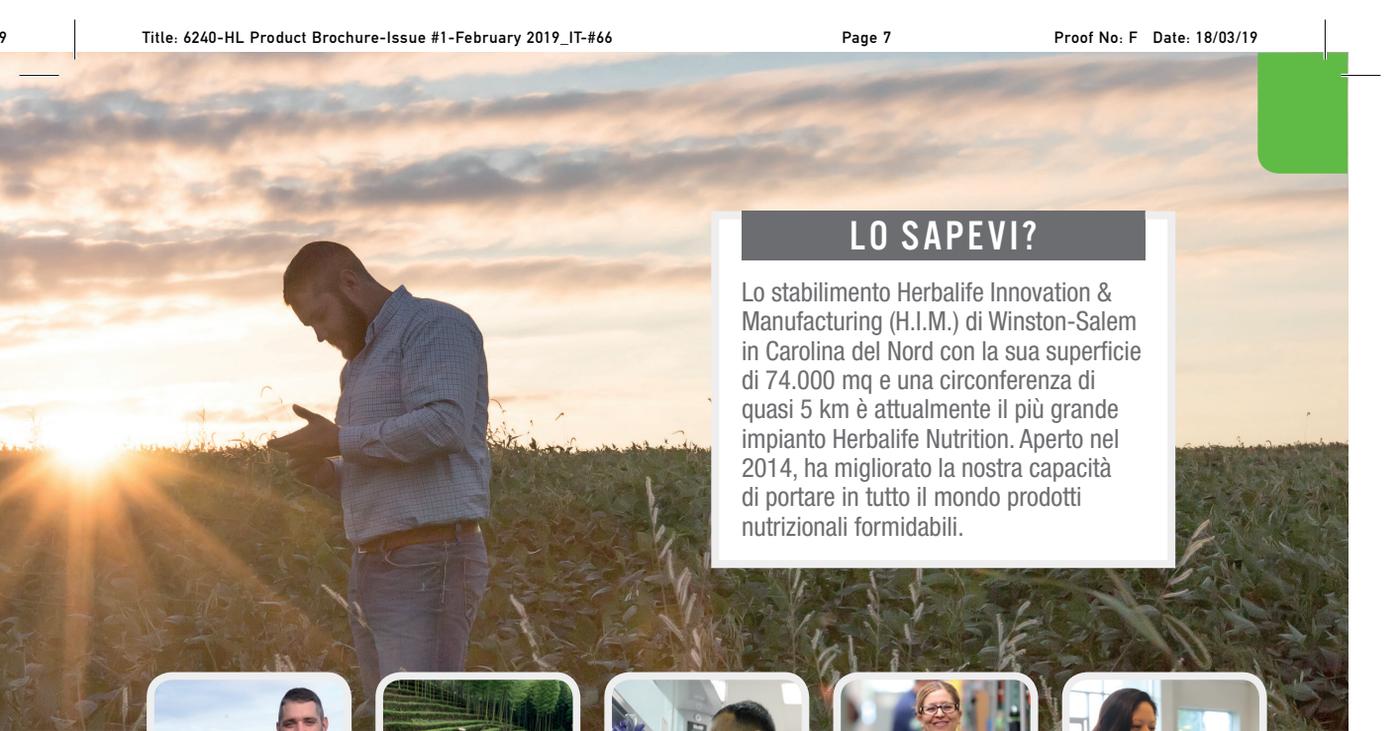
DAVID PEZZULLO

Chief Operating Officer
Herbalife Nutrition

*La Nobel Foundation non è associata ad Herbalife Nutrition e non partecipa alla revisione, approvazione e promozione dei prodotti Herbalife Nutrition.

**Food And Drug Administration (Agenzia per gli alimenti e i medicinali): l'ente governativo statunitense preposto alla regolamentazione in materia di prodotti alimentari e farmaceutici.





LO SAPEVI?

Lo stabilimento Herbalife Innovation & Manufacturing (H.I.M.) di Winston-Salem in Carolina del Nord con la sua superficie di 74.000 mq e una circonferenza di quasi 5 km è attualmente il più grande impianto Herbalife Nutrition. Aperto nel 2014, ha migliorato la nostra capacità di portare in tutto il mondo prodotti nutrizionali formidabili.



I NOSTRI AGRICOLTORI SEMINANO



E COLTIVANO I CAMPI



AFFINCHÉ LA QUALITÀ



SIA GARANTITA



QUANDO IL PRODOTTO ARRIVA A TE



INGREDIENTI SCELTI

Crediamo nella coltivazione responsabile e usiamo metodi di produzione avanzati per creare i migliori prodotti possibili. Disponiamo di un team di scienziati e produttori in tutto il mondo impegnati nella ricerca delle fonti più affidabili per i nostri ingredienti.



PRODURRE CON COSCIENZA

Facciamo l'impossibile perché i prodotti Herbalife Nutrition® rispettino o superino una serie di standard qualitativi del settore. Puoi fidarti della purezza e della qualità di ogni singolo ingrediente e dell'integrità dei nostri processi produttivi.



LA NUTRIZIONE A CASA TUA

Avvalendoci di tecnologie avanzate, monitoriamo scrupolosamente l'ambiente in cui sono immagazzinati i nostri prodotti affinché arrivino a casa tua con le stesse proprietà e benefici che avevano quando sono stati confezionati.

OTTIMIZZA LA TUA NUTRIZIONE

Ognuno ha esigenze e obiettivi diversi.

Il viaggio verso i risultati che desideri inizia con una nutrizione equilibrata e un regolare esercizio fisico. Ma perché i risultati siano sostenibili, occorrono dedizione e un piano che ti mantenga concentrato e pieno di energie.

Le soluzioni Herbalife Nutrition ti aiuteranno a raggiungere livelli ottimali di questi sei elementi della nutrizione, fondamentali per il successo. Queste soluzioni si basano sulle più recenti scoperte scientifiche e ti vengono offerte con il supporto personalizzato dei Distributori Indipendenti Herbalife Nutrition.

1. PROTEINE

2. VITAMINE E MINERALI

3. GRASSI BUONI

4. FIBRE

5. FITONUTRIENTI

6. IDRATAZIONE

OTTIMIZZA LA TUA NUTRIZIONE



COSA SERVE AL TUO CORPO

FILOSOFIA

Proponiamo un nuovo modo di vivere – un viaggio – basato su nutrizione equilibrata, attività fisica regolare, idratazione e riposo. Ogni giorno, nell'arco delle 24 ore, ciascuno di questi elementi può darti una mano a raggiungere il massimo; la combinazione di un piano personalizzato e il sostegno di un'intera comunità possono aiutarti a rendere il mondo più sano e felice.

Giorno dopo giorno il tuo viaggio si arricchirà sempre più, grazie al raggiungimento dei risultati desiderati, verso uno stile di vita sano e attivo.



Vuoi ricevere consigli nutrizionali direttamente dalla voce dei nostri esperti? Scarica la app Herbalife AR, inquadra con la fotocamera del tuo smartphone le pagine dove trovi il LOGO Herbalife AR e....buona visione!

LA DIFFERENZA DEL DISTRIBUTORE HERBALIFE NUTRITION

La comunità Herbalife Nutrition supporta i tuoi obiettivi e ti aiuta a trasformarli in realtà. Un sistema di supporto è fondamentale tanto quanto piani alimentari ed esercizio regolare perché ti mantiene motivato. I Distributori Indipendenti Herbalife Nutrition possono illustrarti soluzioni personalizzate a 360° per aiutarti ad ottenere i risultati a cui aspiri.

I nostri Distributori ti metteranno in contatto con persone che hanno interessi simili ai tuoi e ti faranno avere il supporto, i consigli e la motivazione di cui hai bisogno nel tuo viaggio verso il benessere.



RITMO CIRCADIANO

SINCRONIZZATI CON IL TUO OROLOGIO BIOLOGICO

Scopri l'ora migliore per alzarti, mangiare, lavorare, fare esercizio, rilassarti e dormire per stare meglio e avere prestazioni ottimali.

Il ritmo circadiano dell'essere umano, principale oggetto di studio della cronobiologia, è controllato dal nostro orologio biologico, responsabile di vari aspetti della funzione degli organi, del flusso sanguigno e dei cicli del sonno.

6:00-10:00

ATTIVITÀ MATTUTINE

- Sveglia prima dell'alba
- Idrata, detergi, rinfresca
- Colazione leggera e nutriente
- Esercizio a bassa intensità
- Spuntino sano



10:00-14:00

ATTIVITÀ DI MEZZA GIORNATA

- Attività più impegnative mentalmente e fisicamente
- Allenamento più intenso prima di mezzogiorno
- Pasto sano intorno a mezzogiorno
- Camminata dopo pranzo



14:00-18:00

ATTIVITÀ POMERIDIANE

- Lavoro creativo ed espressivo
- Esercizi per la forza e la flessibilità
- Spuntino sano



18:00-22:00

ATTIVITÀ SERALI

- Rallenta e rifletti
- Esercizi per equilibrio e tono
- Cena leggera presto
- A letto prima delle 22



22:00-6:00

ATTIVITÀ NOTTURNE

- Recupero, riparazione cellulare
- Assimilazione dei nutrienti
- Elaborazione delle impressioni della giornata





ADATTARE LA ROUTINE GIORNALIERA

I tempi sono importanti e non solo per l'ora della sveglia. Mangiare, lavorare, fare esercizio, rilassarsi e dormire all'ora sbagliata può creare disequilibrio.

La routine giornaliera che ti proponiamo qui è solo un riferimento generico da cui partire. Dovrai adattarla al tuo stile di vita e alle tue esigenze nutrizionali e trovare la tua routine ideale.

Cerca di farlo con buonsenso e gradualmente: cambiamenti troppo drastici sottopongono a stress il tuo intero sistema e sarà più difficile creare un'abitudine a lungo termine.

SCOPRI COSA INFLUENZA IL TUO CORPO:

RITMO CIRCADIANO

Molti dei processi che incidono sull'organismo a livello fisiologico e nutrizionale hanno un ritmo circadiano, ossia seguono un ciclo di 24 ore. I ritmi circadiani del nostro corpo sono controllati da un orologio principale (il nucleo soprachiasmatico dell'ipotalamo) e da orologi circadiani periferici, presenti in quasi tutti gli organi e le cellule.

TURBAMENTI DEI CICLI CIRCADIANI

Nella società moderna ci sono molti fattori esterni che possono influenzare la sincronizzazione con il nostro orologio interno, da attività più estreme come turni di lavoro notturni o viaggi in luoghi con grandi differenze di fuso, ad altre meno estreme ma più frequenti come l'esposizione alla luce durante la notte, orari dei pasti irregolari o il cosiddetto "jet lag sociale", ossia una discrepanza tra l'orologio interno del corpo e il nostro orologio sociale.

CRONONUTRIZIONE

"Quando" mangiamo è altrettanto importante del "cosa" mangiamo. Ci sono aspetti dell'alimentazione che influiscono sul nostro orologio interno: regolarità, frequenza e orari dei pasti.

Consigli utili di carattere generale per sincronizzare la nutrizione giornaliera con l'orologio biologico.

- Inizia la giornata con una colazione equilibrata e completa
- Fai 3 pasti principali e uno o due spuntini sani
- Possibilmente, pianifica i tuoi pasti giornalieri ed evita di saltare quelli principali
- Fai pasti equilibrati. Cerca di evitare snack pieni di zuccheri, che hanno scarso valore nutrizionale e contengono molte calorie
- Metti a punto gli orari dei pasti. Evita di ritardare il pranzo
- Mangia con regolarità. Trova il tuo schema personale e cerca di rispettarlo il più possibile

COLAZIONE EQUILIBRATA

COLAZIONE EQUILIBRATA HERBALIFE NUTRITION

Quante volte salti la colazione e a metà mattina devi prendere un caffè e un cornetto per placare i morsi della fame? Una volta a settimana? Due? Tutti i giorni?

In inglese la parola 'breakfast' (colazione) significa letteralmente 'rompere il digiuno', il digiuno notturno. Dopo circa 12 ore senza cibo, la colazione diventa il pasto più importante per l'organismo, perché gli fornisce l'energia necessaria per iniziare la giornata alla grande.

Fare regolarmente una colazione equilibrata significa*

- Seguire complessivamente un'alimentazione più equilibrata
- Un maggior apporto di vitamine e minerali
- Maggiore propensione a mangiare più frutta e quindi più alta probabilità di raggiungere le 5 porzioni al giorno raccomandate



IL BUONGIORNO INIZIA QUI...



QUAL È LA TUA COLAZIONE IDEALE?



COS'È REALMENTE UNA COLAZIONE SANA ED EQUILIBRATA?

Una colazione equilibrata aiuta a soddisfare l'apporto calorico giornaliero raccomandato, che si compone di:



La Colazione Equilibrata Herbalife Nutrition è squisita, ricca di nutrienti e si prepara in un attimo. E inoltre, puoi adattarla alle tue esigenze!

1

IDRATARE

Libera la creatività: arricchisci **Aloe Concentrato alle Erbe** con frutta e verdura fresche ed erbe. Inizia la giornata con un gusto tutto tuo. Idrata il tuo corpo fin dal mattino!

2

RIVITALIZZARE

Una bevanda tonico rinfrescante alle erbe con 82 mg** di caffeina per ritrovare la vitalità al mattino: **Infuso a base di erbe**

3

NUTRIRE

Scegli un gustoso **frullato Formula 1: tanto gusto ma senza fare il pieno di calorie.**



Chiedi al tuo Distributore Indipendente Herbalife Nutrition informazioni sulla colazione equilibrata. I **Kit Prova** sono ottimi per assaggiare i prodotti e sentire la differenza!

* Matthys C, et al. Public Health Nutr. 2007 Apr;10(4):413-21. Smith KJ, et al. Am J Clin Nutr. 2010 Dec;92(6):1316-25. Azadbakhtn, L et al. Nutrition. 2013 Feb;29(2):420-5.

** Si raccomanda di non assumere più di 400 mg di caffeina al giorno da qualsiasi fonte (200 mg per le donne in gravidanza o in allattamento).



PIANO ALIMENTARE

5 MOTIVI

per creare un piano alimentare

n.1

AIUTA A RAGGIUNGERE GLI OBIETTIVI NUTRIZIONALI

Assumi il controllo della tua nutrizione pianificando i pasti per tutta la settimana. Avendo un quadro d'insieme dei nutrienti e dei gruppi alimentari che consumi ogni giorno, oltre che dell'apporto calorico, sarà più facile raggiungere i tuoi obiettivi nutrizionali. Questo ti aiuterà anche ad evitare di scegliere, nella frenesia degli impegni, la prima cosa che capita, che in genere non è tra le più nutrienti.

n.2

AIUTA A FARE SCELTE PIÙ SANE

Informati, cerca di saperne di più in materia di buona nutrizione e impara ad adattarla ai tuoi obiettivi. Questo ti aiuterà a capire le varie opzioni a tua disposizione e non dovrai più stare davanti a uno scaffale con un prodotto in una mano per leggere l'etichetta e lo smartphone nell'altra aperto su Google.

n.3

AGGIUNGE VARIETÀ AI TUOI PASTI

Senza neanche rendertene conto, potresti ritrovarti "ingabbiato" in una routine giornaliera con sempre la stessa colazione, lo stesso pranzo, la stessa cena. Inizia a pianificare i pasti: scoprirai la grande varietà di opzioni sane con cui sostituire il solito cappuccino e cornetto.

n.4

FA RISPARMIARE TEMPO E DENARO

Basta vagare senza meta tra gli scaffali del supermercato! Fai una lista basata sul tuo piano alimentare settimanale. In questo modo acquisterai la quantità di prodotti che ti serve effettivamente, riducendo gli sprechi.

n.5

RIDUCE LO STRESS

La domanda "Che c'è per cena?" ti assilla tutto il giorno? Con un piano settimanale puoi evitare lo stress di starti a preoccupare di cosa cucinare ogni sera. Pianifica, prepara e cogli tutti i benefici di pasti nutrienti.

COME CREARE

un piano alimentare

PASSO 1: INIZIA CON LE PROTEINE



POLLO O
TACCHINO



PESCE



MANZO MAGRO



MOLLUSCHI E
CROSTACEI

PASTO 1
400 CALORIE

25 g DI PROTEINE
115 g COTTO

PASTO 2
600 CALORIE

40 g DI PROTEINE
170 g COTTO

VERSIONE VEGETARIANA



UOVA
1 INTERO



FAGIOLI, LENTICCHIE
O FAGIOLI DI SOIA
½ TAZZA, COTTI



TOFU
100 G



FORMAGGIO IN FIOCCHI;
RICOTTA (MAGRA O
CON POCHI GRASSI)
½ TAZZA

SCEGLINE 2

SCEGLINE 3

PASSO 2: AGGIUNGI LE VERDURE



VERDURE COTTE



VERDURE CRUDE



SCEGLINE 1



A PIACERE

SCEGLINE 2

A PIACERE

PASSO 3: AGGIUNGI CEREALI INTEGRALI/AMIDI



RISO (INTEGRALE
O SELVATICO)
½ TAZZA, COTTO



PATATE
(BIANCHE O DOLCI)
½ MEDIA



PASTA, QUINOA,
MIGLIO, ORZO
O BULGUR
½ TAZZA, COTTO



TORTILLAS
2 DI MAIS; 1 MEDIA
DI FARINA INTEGRALE
DI FRUMENTO

SCEGLINE 1

SCEGLINE 2

PASSO 4: AGGIUNGI UN PO' DI GRASSI BUONI



OLIO D'OLIVA
1 CUCCHIAIO



FRUTTA IN
GUSCIO
1 MANCIATA



AVOCADO
½ PICCOLO



PARMIGIANO O
FETA MAGRA
1 CUCCHIAIO

SCEGLINE 1

SCEGLINE 2

PASSO 5: CONDISCI!



ERBE E SPEZIE



LIMONE



AGLIO



SALSA PICCANTE

A PIACERE

A PIACERE

Con il giusto supporto, mangiare bene ogni giorno può essere facile come **contare fino a 3!** Devi solo seguire passo dopo passo la nostra guida per creare un pasto sano ed equilibrato per il tuo piano personalizzato.

SCEGLI E CREA PASTI SEMPLICI E DELIZIOSI!

SALMONE ALLA GRIGLIA, CAROTE E PASTA

- Salmone alla griglia
- Carote al vapore con succo di lime e aneto
- Pasta integrale, aglio e prezzemolo
- Insalata con vinaigrette d'olio d'oliva

ZENZERO-AGLIO SALTATI

- Tofu ed edamame saltati in padella con broccoli, zenzero e aglio
- Riso integrale
- Insalata verde con condimento al sesamo

TORTILLA E ZUPPA TACCHINO-VERDURE

- Tortilla con farina di frumento integrale
- Petto di tacchino arrosto
- Lattuga, pomodori, cipolla
- Hummus
- Zuppa di verdure

PROTEINE



COSA SONO LE PROTEINE?

Componenti essenziali di ogni cellula del corpo, le proteine sono macronutrienti composti da 22 'mattoni' chiamati aminoacidi. Le proteine svolgono diverse funzioni nel nostro corpo, tra cui l'**accrescimento della massa muscolare** e il mantenimento di muscoli e ossa.

Con un apporto di proteine insufficiente diventa difficile mantenere equilibrata la dieta e centrare gli obiettivi.

NE ASSUMO ABBASTANZA?

Fai in modo che fino al **30% delle tue calorie giornaliere derivino da proteine**. Durante l'esercizio il corpo ha bisogno di più proteine per sviluppare/mantenere la muscolatura, quindi tieni presente che il fabbisogno proteico può variare.

Un uomo attivo che consuma fino a 2000 kcal al giorno* e vuole sviluppare la muscolatura deve cercare di assumere fino a 150 g¹ di proteine. Una donna che consuma fino a 1400 kcal al giorno e vuole controllare il peso dovrebbe assumere fino a 100 g di proteine al giorno².

CHE COSA DOVREI MANGIARE?

L'ideale sarebbe consumare ogni giorno una combinazione di **proteine animali e vegetali**. Tra le fonti vegetali, la **soia** è una delle migliori in quanto contiene proteine 'complete' che apportano tutti gli aminoacidi essenziali. Poiché altre fonti vegetali come **frutta in guscio, semi e lenticchie** non hanno 'proteine complete', devi cercare di combinarle per avere un apporto più proporzionato di aminoacidi. Per quanto riguarda le proteine animali, fonti di buona qualità sono **pesce, pollame, uova e latticini magri**, che contengono anche ferro, zinco e vitamine del gruppo B.

TI ABBIAMO DETTO DI QUANTE PROTEINE HA BISOGNO IL CORPO, MA SAI QUANTE PROTEINE CONTENGONO I CIBI CHE MANGI SOLITAMENTE?



1 petto di pollo

35 g
Proteine



2 uova di media grandezza

13 g
Proteine



1 manciata di mandorle

5,3 g
Proteine



1 tazza di lenticchie rosse (bollite)

7,6 g
Proteine



100 g di yogurt magro

5 g
Proteine

* Nell'ambito del controllo del peso

¹ Jäger R, et al. J Int Soc Sports Nutr. 2017 Jun 20;14:20.

² Flechtner-Mors M. Diabetes Metab Res Rev. 2010 Jul;26(5):393-405.

IL GUSTO, LA NUTRIZIONE, I RISULTATI.

Vorresti un pasto nutriente che sia anche buono e veloce da preparare? Prova Formula 1, il prodotto di punta di Herbalife Nutrition. Formulato scientificamente con proteine di alta qualità, vitamine e minerali fornisce una nutrizione equilibrata. Persone in tutto il mondo dicono che il Sostituto del pasto Formula 1 le ha aiutate a realizzare i propri obiettivi. Potresti essere il prossimo!

DELIZIA IL PALATO GIORNO DOPO GIORNO...

Formula 1 è disponibile in 10 gusti deliziosi. Provali tutti e libera la fantasia aggiungendo frutta, verdura, erbe e spezie. Ti serve qualche idea? Spunti per nuove ricette? Visita il sito myherbalifeshake.it.



Immagine a scopo illustrativo

“ I prodotti e le soluzioni Herbalife Nutrition per il controllo del peso prevedono l’uso di sostituti del pasto, uno stile di vita sano e attivo e un approccio personalizzato per massimizzare i tuoi risultati. ”



DAVID HEBER,
Ph.D., F.A.S.N.
PRESIDENTE
Herbalife Nutrition Institute

FORMULA 1

UN SOSTITUTO DEL PASTO DELIZIOSO

Un frullato pratico e delizioso che si prepara in pochi secondi; grazie alla miscela di proteine di alta qualità, fibre, vitamine e minerali, fornisce una nutrizione equilibrata. Dai al corpo i nutrienti di cui ha bisogno senza rinunciare ai tuoi gusti.

- Formulato scientificamente da esperti nutrizionisti
- Studi clinici dimostrano che l'uso quotidiano di frullati sostitutivi del pasto, se associato a un regime alimentare ipocalorico e moderato esercizio fisico, favorisce il controllo del peso dopo la perdita di peso*
- Formula 1 Free non contiene lattosio, soia e glutine, se preparato secondo le indicazioni

QUALE GUSTO SCEGLI?

I NOSTRI GUSTI:

NUOVO Caffelatte**	21 porzioni, 550g	Cod. 4465
NUOVO Mela speziata**	21 porzioni, 550g	Cod. 4464
NUOVO Menta e cioccolato**	21 porzioni, 550g	Cod. 4471
NUOVO Frutti di bosco**	21 porzioni, 550g	Cod. 4470
Banana Cream**	21 porzioni, 550g	Cod. 4462
Vaniglia	21 porzioni, 550g	Cod. 0141
Cacao	21 porzioni, 550g	Cod. 0142
Fragola	21 porzioni, 550g	Cod. 0143
Crema e Biscotto	21 porzioni, 550g	Cod. 0146
Formula 1 "Free" Vaniglia	21 porzioni, 550g	Cod. 3118
Vaniglia	30 porzioni, 780g	Cod. 1922
<hr/>		
Vaniglia	Conf. da 7 bustine	Cod. 2653
Crema e biscotto	Conf. da 7 bustine	Cod. 2657

** Ingredienti indicati per i vegani



Immagine a scopo illustrativo

COMBINAZIONE PERFETTA



FORMULA 1 + PROTEIN DRINK MIX

Lo sapevi che puoi preparare il tuo frullato Formula 1 anche con acqua? Miscela 2 cucchiaini di Formula 1 e 2 cucchiaini di PDM in 300 ml di acqua! Otterrai un sostituto del pasto equilibrato e gustoso.



Indicato per
i vegetariani



Circa 24g
di proteine



26 Vitamine
e Minerali

PROVALO SUBITO
www.herbalife.it

NUOVO Formula 1

CAFFELLATTE



COD: 4465

NUOVO Formula 1

*Mela
Speziata*



COD: 4464



Ingredienti
adatti ai
vegani



18 g di
proteine per
porzione



Vitamine
e minerali



4 g di
fibre per
porzione



Senza
glutine

NUOVO Formula 1

**Menta e
Cioccolato**



COD: 4471

NUOVO Formula 1

*Frutti
di bosco*



COD: 4470



13 G PROTEINE

8 G FIBRE

207 KCAL

FORMULA 1 EXPRESS BARRETTA SOSTITUTIVA DEL PASTO

- Il 32% dell'apporto giornaliero raccomandato di fibre
- Un apporto bilanciato di nutrienti essenziali, con acido linoleico, vitamine e minerali essenziali
- Formulata scientificamente: studi clinici dimostrano che l'uso quotidiano di sostituti del pasto, se associato a un regime alimentare ipocalorico e moderato esercizio fisico, favorisce il controllo del peso*
- Senza conservanti artificiali, indicata per i vegetariani

Cacao	Conf. da 7 barrette	Cod. 2669
Yogurt e frutti rossi	Conf. da 7 barrette	Cod. 2670



*Heymsfield SB, et al. Int J Obes Relat Metab Disord. 2003 May;27(5):537-49.

PROTEINE



15 G PROTEINE

22 VITAMINE
E MINERALI

108 KCAL



5 G PROTEINE

23 KCAL

**È NOSTRA PREMURA FAR SÌ
CHE GLI INGREDIENTI USATI
NEI PRODOTTI HERBALIFE
NUTRITION NON SIANO OGM*.**

PROTEIN DRINK MIX

Protein Drink Mix è un integratore proteico con:

- 15g di proteine di elevata qualità
- 7g di carboidrati
- 22 vitamine e minerali

Vaniglia

21 porzioni, 588g

Cod. 2600

FORMULA 3 INTEGRATORE PROTEICO IN POLVERE

Un modo semplice per personalizzare l'apporto proteico: aggiungilo ai tuoi cibi o al tuo frullato preferito

- Ricco di proteine per contribuire alla crescita della massa muscolare e al mantenimento di ossa normali
- 5g di proteine a porzione

Originale

240g

Cod. 0242

LO SHAKE PROTEICO TUTTO IN UNO

Una soluzione pratica e gustosa che aiuta a soddisfare il tuo fabbisogno di proteine, fibre, vitamine e minerali. Se desideri seguire un'alimentazione nutriente ed equilibrata o hai bisogno di un sano shake per il post-allenamento, PRO 20 Select è la soluzione che cercavi. Con 20 g di proteine di soia di alta qualità per porzione e ingredienti accuratamente selezionati, è perfetto per aiutarti a raggiungere i tuoi obiettivi nutrizionali.

Gusta PRO 20 Select dopo un allenamento o come snack in qualsiasi momento della giornata. Puoi aggiungere la frutta o la verdura che preferisci e frullare. Per alcuni spunti per le tue ricette, visita il sito Myherbalifeshake.it.



20 G PROTEINE

6 G FIBRE

25 VITAMINE
E MINERALI

146 KCAL

PRO 20 - Select -

Preparato proteico
solubile in acqua



AROMI
NATURALI



6 G DI FIBRE



20 G DI
PROTEINE



25 VITAMINE
E MINERALI



A BASSO CONTENUTO
DI ZUCCHERI



INDICATO PER
I VEGETARIANI



SENZA
GLUTINE



SENZA
LATTOSIO

Vaniglia

15 porzioni, 630g

Cod. 1660



PROTEINE

SNACK PROTEICI INTELLIGENTI

Difenditi dalle cattive tentazioni! Tieni a portata di mano spuntini sani e nutrienti per placare la fame tra un pasto e l'altro e rimanere motivato.

Contrariamente a quanto si pensa, fare spuntini può aiutare a controllare il peso.

Inoltre, con uno snack puoi ricaricare il corpo con sostanze nutrienti! Uno studio clinico ha scoperto che gli snack sani ipocalorici, in confezioni a porzioni controllate, aiutano a mangiare di meno durante la giornata¹.

BARRETTE PROTEICHE

Hai un debole per i dolci? Sazia la voglia di cioccolato con un delizioso snack proteico o gustalo prima o dopo l'attività fisica.

- 137 kcal per barretta³
- 10 g di proteine di qualità per contribuire allo sviluppo della massa muscolare
- 16 g di carboidrati a porzione per sostenerti negli allenamenti

Cioccolato/Arachidi	Conf. da 14 barrette	Cod. 3972
Vaniglia/Mandorla	Conf. da 14 barrette	Cod. 3968
Agrumi	Conf. da 14 barrette	Cod. 3976

ZUPPA DI POMODORO

Un caldo snack che si prepara in pochi istanti e ha un contenuto di proteine 8 volte superiore rispetto ad una normale zuppa di pomodoro².

- 104 kcal a porzione
- Elevato apporto di proteine per contribuire alla crescita della massa muscolare
- Elevato apporto di fibre (4 g per porzione)
- Miscelare in acqua calda secondo le istruzioni in etichetta

Pomodoro	21 porzioni, 672g	Cod. 0155
----------	-------------------	-----------

NOCCIOLINE DI SOIA TOSTATE

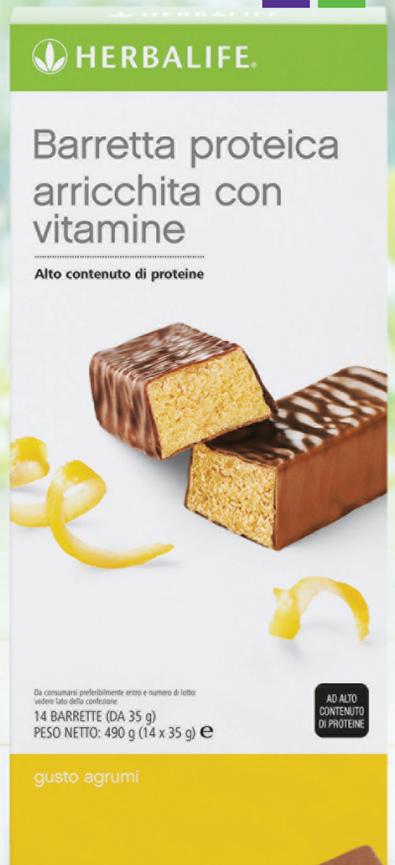
Uno snack sano e saporito da consumare a casa o quando sei in giro; ridotto apporto calorico.

- 9 g di proteine per contribuire alla crescita della massa muscolare
- 110 kcal per tenere sotto controllo le calorie
- Comode bustine monodose
- Squisite e leggermente salate

Noccioline di soia	12 porzioni, 258g	Cod. 3143
--------------------	-------------------	-----------

10 G PROTEINE

146 KCAL



¹ Njike et al (2016). Snack food, satiety, and weight. Adv. in Nutrition, 7(5).

² The composition of Foods; Food Standards Agency and The Institute of Food Research in the UK, 2006.

³ Barrette proteiche gusto mandorla e vaniglia.

146 KCAL

7 G PROTEINE

4 G FIBRE

104 KCAL

LO SAPEVI?

Gli snack proteici sono ottimi per ricaricarsi dopo l'esercizio e per chi desidera tonificare il fisico, perché le proteine contribuiscono all'accrescimento e al mantenimento della muscolatura.

9 G PROTEINE

110 KCAL



VITAMINE E MINERALI



COSA SONO VITAMINE E MINERALI?

Vitamine e minerali sono micronutrienti essenziali necessari in molte reazioni chimiche che avvengono ogni giorno nell'organismo. Molti minerali, come calcio e magnesio, svolgono anche un ruolo strutturale all'interno del corpo.* L'organismo però non è in grado di sintetizzare tutte le vitamine e i minerali di cui necessita per funzionare al meglio e per questo è così importante seguire una dieta sana.

NE ASSUMO ABBASTANZA?

Una dieta equilibrata fornisce vitamine e minerali essenziali, ma **a volte può essere difficile assumere tutti i nutrienti necessari solo attraverso l'alimentazione.** L'integrazione quotidiana di vitamine e minerali può aiutare ad assumere le razioni giornaliere raccomandate.

CHE COSA DOVREI MANGIARE?

In genere i cibi che mangi contengono alcune vitamine e minerali essenziali. **Fonti particolarmente ricche di nutrienti sono la frutta, la verdura e i cereali.** Ciascun nutriente svolge una diversa funzione nell'organismo, quindi ogni persona può trarre beneficio da un maggiore apporto di determinate vitamine o minerali. Gli spinaci sono ricchi di vitamine C ed E, che aiutano a proteggere le cellule dallo stress ossidativo, mentre fosforo e calcio, che si trovano in latte, yogurt e semi, fanno bene alle ossa. Le vitamine del gruppo B aiutano l'organismo a convertire il cibo in energia**, mentre la vitamina K contribuisce al mantenimento di ossa normali e alla normale coagulazione del sangue.

ABBIAMO VISTO QUANTO SIANO IMPORTANTI VITAMINE E MINERALI NELL'ALIMENTAZIONE E LA LORO FUNZIONE NELL'ORGANISMO, MA LO SAI QUALI SONO PRESENTI NEI VARI CIBI?



Formaggio

Vitamine:
A, B2, B5, D
Minerali:
calcio, iodio



Uova

Vitamine:
A, biotina
Minerali:
ferro, selenio, iodio



Salmone

Vitamine:
B1, B5, B6, B12,
D, biotina
Minerali:
calcio, iodio, selenio



Broccoli

Vitamine:
C, K, folato
Minerali:
zinco, calcio



Frutta in guscio

Vitamine:
B1, B2, B6, biotina
Minerali:
rame, zinco, calcio,
magnesio, selenio

VITAMIN & MINERAL COMPLEX **UOMO E DONNA**

Per il massimo del benessere.

- Supporto nutrizionale completo, con 24 nutrienti chiave, compresi micronutrienti che l'organismo non può produrre o non produce in quantità sufficienti
- Studiato appositamente per le esigenze dell'uomo e della donna, fornisce all'organismo un apporto ottimale di vitamine e minerali
- Sviluppato da esperti nutrizionisti e formulato in base a consolidati principi scientifici

Diversi per corporatura, metabolismo e fisiologia, l'uomo e la donna hanno bisogno di un diverso apporto di vitamine e minerali per una nutrizione ottimale.



Sistema immunitario



Funzione muscolare



Metabolismo energetico



Prestazioni mentali

Vitamin & Mineral Complex
Uomo 60 compresse 84,3g Cod. 1800



Attività ormonale



Metabolismo energetico



Salute delle ossa



Salute di pelle, capelli e unghie

Vitamin & Mineral Complex
Donna 60 compresse 84,3g Cod. 1819

FORMULATO PER L'USO CONGIUNTO CON IL TUO FRULLATO FORMULA 1 PREFERITO

Indipendentemente se prendi uno o due frullati Formula 1 al giorno, Vitamin & Mineral Complex è stato ideato per fornire all'organismo i nutrienti di cui ha bisogno nella giusta quantità. Rivolgiti al tuo Distributore Indipendente Herbalife Nutrition per saperne di più.



0



Fai riferimento all'etichetta del prodotto per ulteriori dettagli sugli effetti benefici di ciascuna formulazione.



VITAMINE E MINERALI

OTTIENI IL MEGLIO DAL TUO CORPO

Avere cura del proprio corpo e assicurargli i nutrienti di cui ha bisogno è fondamentale indipendentemente dall'età, dalle condizioni di salute e dai livelli di attività fisica.

Nonostante le migliori intenzioni, la tua alimentazione quotidiana potrebbe non contenere ogni nutriente nella giusta quantità. In questi casi l'uso di integratori può essere utile, perché ti aiuta a dare al tuo corpo il giusto carburante. Vitamine e minerali contribuiscono al benessere generale e alla vitalità e sono fondamentali per i processi di crescita e sviluppo dell'organismo.



VITAMINA C

82 MG CAFFEINA

THERMO COMPLETE®

- Una miscela unica di piante appositamente selezionate tra cui il tè verde e l'erba matè
- Contiene vitamina C che contribuisce al normale metabolismo energetico e alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo
- Contiene 82 mg di caffeina per porzione***

-	90 compresse, 78,9g	Cod. 0050
---	---------------------	-----------



VITAMINA B

CELL ACTIVE

Per il metabolismo energetico e dei carboidrati.

- Speciale formulazione con vitamine B (B1, B2, B6), manganese e rame che contribuiscono al normale metabolismo energetico
- Contiene inoltre zinco, che contribuisce al normale metabolismo acido-base
- I minerali zinco, rame e manganese contribuiscono alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo

-	90 capsule, 48,1g	Cod. 0104
---	-------------------	-----------

93

La percentuale di adulti che non soddisfano i VNR** di vitamina D ed E nella loro dieta quotidiana, secondo una recensione medica*. I risultati hanno anche mostrato che il 61% aveva carenza di magnesio e il 50% non consumava abbastanza vitamina A e calcio.

* Balz Frei, Bruce N. Ames, Jeffrey B. Blumberg, Walter C. Willett. Enough Is Enough. *Annals of Internal Medicine*, 2014; 160 (11): 807 DOI: 10.7326/L14-5011

** VNR = Valori nutrizivi di riferimento.

*** Si raccomanda di non assumere più di 400 mg di caffeina al giorno da qualsiasi fonte (200 mg per le donne in gravidanza o in allattamento).



VITAMINA C e E

**L-ARGININA
L-CITRULLINA
VITAMINE**

NITWORKS®

Integratore alimentare con L-Arginina, L-Citrullina e vitamine.

- Alto contenuto di acido folico che contribuisce alla normale formazione delle cellule del sangue (emopoiesi) e contribuisce al normale metabolismo dell'omocisteina
- Alto contenuto di vitamina C e vitamina E, che contribuiscono alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo
- La vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene per la normale funzione dei vasi sanguigni
- Acido folico e Vitamina C contribuiscono alla riduzione di stanchezza ed affaticamento
- Con 5,16 g di L-Arginina per porzione

-	15 porzioni, 150g	Cod. 3150
---	-------------------	-----------



**MAGNESIO E
POTASSIO**

MINERAL COMPLEX PLUS

- Contiene Magnesio che contribuisce al normale equilibrio elettrolitico e alla riduzione di stanchezza e affaticamento
- Contiene Potassio che contribuisce alla normale funzione muscolare e al mantenimento di una normale pressione sanguigna

-	120 compresse	Cod. 0111
---	---------------	-----------



THERMO GIALLO

- Integratore alimentare ricco di cromo che contribuisce al normale metabolismo dei macronutrienti ed al mantenimento di livelli normali di glucosio nel sangue

-	120 compresse	Cod. 0117
---	---------------	-----------



VITAMINA D

**CALCIO E
MAGNESIO**

XTRA-CAL®

Integratore alimentare di calcio con vitamina D e minerali. Ad alto contenuto di calcio.

- Contiene calcio, necessario per il mantenimento di ossa e denti normali
- La dose giornaliera contiene il 125% dei valori nutritivi di riferimento raccomandati di calcio
- Ricco di vitamina D importante nel processo di assorbimento del calcio
- Contiene anche magnesio, rame, manganese e zinco
- Apporta 850 mg di calcio, una quantità simile a quella contenuta in tre bicchieri di latte

-	90 compresse, 131g	Cod. 0020
---	--------------------	-----------

GRASSI BUONI



CHE COSA SONO I GRASSI?

Per una buona funzionalità, l'organismo necessita di una piccola quantità di grassi, ma c'è differenza tra i grassi buoni e i grassi da evitare. I **grassi insaturi** (es. i polinsaturi, come gli Omega-3) sono considerati **"buoni"**, perché possono aiutare a mantenere il colesterolo entro livelli accettabili*. Un'alimentazione ricca di grassi saturi (con merendine e grassi animali come il burro) può favorire un aumento del colesterolo e dei problemi ad esso legati.

NE ASSUMO ABBASTANZA?

Essendo fonti concentrate di calorie, Herbalife Nutrition consiglia di assumere fino al **30% delle calorie giornaliere dai grassi**, con la raccomandazione di prediligere le fonti più salutari. La tipica dieta occidentale fornisce molti più grassi in generale e soprattutto molti più grassi saturi del necessario.

CHE COSA DOVREI MANGIARE?

I grassi buoni sono presenti nel **pesce**, nella **frutta in guscio**, nell'**olio d'oliva** e nell'**avocado**. Per essere sicuro di assumere i **salutari Omega-3**, cerca di mangiare pesce grasso, come salmone o sgombrò, almeno due volte alla settimana, all'interno di un pasto sano ed equilibrato. Anche l'**integrazione alimentare** può aiutare a trarre beneficio da EPA e DHA (acidi grassi Omega-3), che contribuiscono alla normale funzione cardiaca e a mantenere una normale funzione cerebrale e capacità visiva oltre che una normale pressione sanguigna e livelli normali di trigliceridi nel sangue.

10

La percentuale raccomandata di calorie giornaliere derivate da grassi saturi. Il consumo di grassi saturi nell'Ue da parte degli adulti spesso è maggiore, dal momento che può variare dal 9% al 26% delle calorie giornaliere.**

HERBALIFELINE MAX®

Integratore alimentare con oli di pesce provenienti da fonti sostenibili e ricchi di acidi grassi Omega-3 (EPA e DHA)

Ogni capsula contiene EPA e DHA, che hanno effetti benefici sulla funzione cardiaca*, la capacità visiva** e la funzione cerebrale**

Formula con 5 principali proprietà

Olio di pesce da fonti sostenibili accreditato da Friend of the Sea®

Capsula di gel vegetale

- Il DHA contribuisce al mantenimento della normale funzione cerebrale e della normale capacità visiva**
- L'EPA e il DHA contribuiscono alla normale funzione cardiaca* e al mantenimento di livelli normali di trigliceridi nel sangue*** e di una normale pressione sanguigna****

Per maggiori informazioni, contatta il tuo Distributore Indipendente Herbalife Nutrition

Herbalifeline Max 30 capsule, 42g Cod. 0043

1 CAPSULA



4 CAPSULE



5 CAPSULE



Contribuisce alla normale funzione cardiaca*



Mantenimento della normale capacità visiva**



Mantenimento della normale funzione cerebrale**



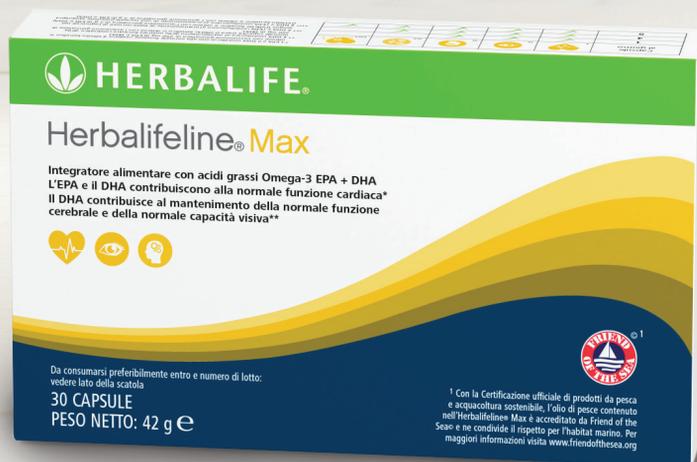
Mantenimento di livelli normali di trigliceridi nel sangue***



Mantenimento di una normale pressione sanguigna****



Per maggiori informazioni, visita friendofthesea.org



* L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 250 mg di EPA e DHA.

** Gli effetti benefici si ottengono con l'assunzione giornaliera di 250 mg di DHA.

*** L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 2 g di EPA e DHA.

**** L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di EPA e DHA.

Non superare il livello di assunzione giornaliera supplementare di 5 g di combinazioni di EPA e di DHA.

FIBRE



COSA SONO LE FIBRE?

Le fibre sono dei carboidrati (non digeribili) che svolgono un **ruolo chiave per una normale digestione**. Ne esistono due tipi, solubili e insolubili.

A differenza di altri carboidrati complessi, le fibre **non vengono scomposte** dall'apparato digerente umano e quindi riescono a passare in buona parte non digerite attraverso l'intestino.

NE ASSUMO ABBASTANZA?

Fattore alimentare principale per una **normale funzionalità gastrointestinale**, un individuo adulto dovrebbe consumare **25 g di fibre al giorno**¹.

Purtroppo le ricerche dicono che il **72% degli uomini e l'87% delle donne non raggiungono la quantità raccomandata**². Se assumi poche fibre, aumentane il consumo gradualmente e bevi tanta acqua.

CHE COSA DOVREI MANGIARE?

Una combinazione di **fibre solubili e insolubili** ogni giorno. Le fibre solubili sono presenti in **broccoli, carote, mele e avena**. Le fibre insolubili vengono scomposte in misura minore rispetto a quelle solubili e attraversano il tratto intestinale senza subire modifiche. Sono buone fonti: **frutta in guscio, fagioli, verdure in foglia e cereali integrali**.

ORA CHE SAI DI DOVERE CONSUMARE 25 G DI FIBRE AL GIORNO¹, ECCO ALCUNI CIBI COMUNI E IL LORO CONTENUTO DI FIBRE.



2 fette di pane integrale

4 g
Fibre



1 mela media

4 g
Fibre



1 banana media

3 g
Fibre



Piccola patata al forno

3 g
Fibre



30 g di cereali ricchi di fibre

4 g
Fibre

Senza
Zucchero⁴



5 G FIBRE

18 KCAL



3 G FIBRE

BEVANDA MULTI FIBRE

Un modo delizioso per aumentare l'apporto giornaliero di fibre e coadiuvare la digestione³. Senza edulcoranti artificiali⁴!

- 5 g di fibre per porzione
- A basso contenuto calorico: 18 kcal a porzione
- 6 fonti di fibre
- Contiene fibre solubili e insolubili
- Formulazione senza zucchero, senza dolcificanti artificiali
- Preparalo con acqua o aggiungilo al tuo frullato Formula 1 preferito

Mela

30 porzioni, 204g Cod. 2554

MULTIFIBRE

Integratore alimentare di fibre per aiutare a raggiungere l'apporto giornaliero raccomandato di fibre di 25 g¹.

- Contiene fibra d'avena e prezzemolo
- Ogni porzione giornaliera raccomandata apporta 3g di fibre

Multifibre

180 compresse, 162g

Cod. 3114

¹ EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition, and Allergies (NDA). EFSA Journal 2010; 8(3):1462.

² UK National Diet and Nutrition Survey (NDNS)

³ Le fibre d'avena contribuiscono ad aumentare la massa fecale.

⁴ Contiene naturalmente 0,1 g di zuccheri per porzione.

FIBRE

COS'È IL COLESTEROLO?

Tutti sanno che bisogna stare attenti al colesterolo e che va tenuto basso, ma quanti saprebbero dire che cosa è esattamente? Il colesterolo presente nel nostro corpo è una sostanza grassa prodotta dal fegato, ma si trova anche in cibi come carne, latticini e uova. Non ci crederai, ma il colesterolo svolge una funzione vitale nella formazione delle cellule e nella produzione di vitamina D, ormoni e bile per la digestione.¹

IL MIO COLESTEROLO È ALTO?

Il colesterolo alto non produce una chiara sintomatologia e quindi l'unico modo per saperlo è attraverso il proprio medico. Il fatto che il colesterolo sia un problema che riguarda solo persone anziane e in sovrappeso è un luogo comune da sfatare. Certo, queste categorie sono particolarmente soggette ad avere il colesterolo alto, ma non sono le uniche a rischio! A qualunque età, fattori come fumo, alcol, vita sedentaria e alimentazione poco sana possono contribuire a un aumento del colesterolo (talvolta a livelli allarmanti) senza nemmeno accorgercene. Altri fattori da considerare sono diabete, pressione alta, condizione di obesità o sovrappeso e anche una storia familiare positiva per le cardiopatie.

COME SI ABBASSA IL COLESTEROLO?

Se ritieni che il tuo stile di vita non sia sano o hai una familiarità con disturbi, prova a fare qualche cambiamento! Per iniziare, puoi ridurre il consumo di grassi saturi (es. dolci, biscotti, carni lavorate) ed eliminare gli acidi grassi trans oltre a fare attività fisica regolarmente e smettere di fumare. E c'è un altro modo. È stato dimostrato che il beta-glucano dell'avena abbassa il colesterolo nel sangue*.

Gli effetti dei beta-glucani sul colesterolo nel sangue sono stati dimostrati in più di 55 studi clinici. E tutto ciò che serve sono 3 g di beta-glucani al giorno! È per questo che Herbalife ha collaborato con OatWell™*** per lo sviluppo del nuovo prodotto Beta heart®, che aiuta a ridurre il colesterolo o a mantenerlo a livelli normali in modo semplice!

Come regola generale, i livelli di colesterolo totale dovrebbero essere di:

meno di 200 mg/dl negli adulti sani

meno di 155 mg/dl nei soggetti a rischio

Come regola generale, i livelli di LDL dovrebbero essere di:

meno di 115 mg/dl negli adulti sani

meno di 80 mg/dl nei soggetti a rischio

Il livello di HDL dovrebbe essere superiore a 40 mg/dl; un valore inferiore di HDL può aumentare il rischio di cardiopatie.

HDL (lipoproteine ad alta densità): attraverso il fegato rimuovono dal sangue il colesterolo in eccesso impedendo che ostruisca le arterie.

LDL (lipoproteine a bassa densità): il colesterolo più dannoso perché trasporta il colesterolo dal fegato nelle cellule del corpo. Quando è in eccesso, l'LDL può accumularsi sulle pareti dei vasi sanguigni e ridurre la portata (aterosclerosi).

RIDUCI IL COLESTEROLO

Indipendentemente dall'età, lo stile di vita può incidere in maniera determinante sui livelli di colesterolo; un'alimentazione equilibrata e l'esercizio regolare ti aiutano a migliorare il benessere.

BETA HEART

Beta heart® è a base di OatWell™, fonte di beta-glucano d'avena la cui capacità di abbassare il colesterolo nel sangue è stata dimostrata.*

Miscela 2 cucchiai dosatori di Beta heart® con acqua per ottenere una bevanda senza zuccheri.

Puoi anche miscelarli in succo di frutta o aggiungerli al tuo frullato Formula 1 preferito.

- 3 g di beta-glucani d'avena contribuiscono alla riduzione del colesterolo nel sangue* (2 cucchiai dosatori)
- 1,5 g di beta-glucani d'avena contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue** (1 cucchiaino dosatore)
- Senza zuccheri
- Senza edulcoranti artificiali
- Alto contenuto di fibre (3 g per cucchiaino dosatore)
- Fonte di proteine
- 25 kcal per cucchiaino dosatore

Vaniglia

30 porzioni, 229g

Cod. 0267

* È stato dimostrato che il beta-glucano dell'avena abbassa il colesterolo nel sangue. L'ipercolesterolemia costituisce un fattore di rischio per lo sviluppo di cardiopatie coronariche. L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucano dell'avena. La malattia coronarica ha molteplici fattori di rischio e l'intervento su uno di questi fattori può avere o meno un effetto benefico.

** I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucani da avena, crusca d'avena, orzo, crusca d'orzo o da miscele di questi beta-glucani.

OatWell™ è un marchio registrato di DSM.



FITONUTRIENTI



COSA SONO I FITONUTRIENTI?

I pigmenti che danno alla frutta e alla verdura (ma anche a erbe, spezie e persino ad alcuni cereali integrali) i loro splendidi colori sono sostanze naturali note col nome di fitonutrienti.

Molti fitonutrienti hanno anche proprietà antiossidanti e aiutano a proteggere cellule e tessuti dai danni causati dal normale processo metabolico*.

NE ASSUMO ABBASTANZA?

Seguire una dieta equilibrata con almeno 5 porzioni di frutta e verdura colorate al giorno può aiutare a ottenere tutti i nutrienti necessari e a beneficiare delle proprietà salutari dei fitonutrienti.

Mangiando frutti come mele rosse, mirtilli, uva e arance insieme, si assume un mix di sostanze nutritive con effetti antiossidanti** più ricco che consumandoli singolarmente. Quindi, largo a insalate miste e macedonie.

CHE COSA DOVREI MANGIARE?

Tieni a mente l'espressione **"mangia l'arcobaleno"**. Frutta e verdura hanno diversi pigmenti e profili di fitonutrienti, ma anche il contenuto di nutrienti ad attività antiossidante varia** e per questo è sempre un'ottima idea mangiarne in abbondanza di diversi tipi e colori.

Il gruppo più diffuso di fitonutrienti naturali sono i carotenoidi come il licopene, il pigmento che conferisce ai pomodori il loro colore rosso. Altri esempi sono il beta-carotene, che rende le carote arancioni, e la luteina, che fornisce il verde intenso a cibi come spinaci e broccoli. Un altro gruppo di fitonutrienti, chiamati antocianine, è responsabile dei rossi e dei viola in frutti come prugne e frutti di bosco.



Pomodori

Licopene



Carote

Beta-carotene



Spinaci

Luteina



Broccoli

Luteina



Prugne

Antocianina

ROSEGUARD

Alto contenuto di vitamina A, C ed E

Mantenere efficiente il sistema immunitario e supportare l'organismo con le vitamine è importante per uno stile di vita sano e attivo.

RoseGuard® è un integratore alimentare che contiene una sapiente miscela di vitamine A, C ed E oltre ad una gamma di ingredienti botanici accuratamente selezionati tra cui rosmarino, curcuma ed astragalo.

VITAMINE A+C

Contribuiscono al mantenimento della normale funzione del sistema immunitario

VITAMINA E

Contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo

Due compresse al giorno forniscono il 100% dei VNR*** delle vitamine A e C.



ROSEGUARD

Apporta il 100% dei VRN delle vitamine A e C per supportare il sistema immunitario.

- Contiene Vitamina A e C che contribuiscono al mantenimento della normale funzione del sistema immunitario e Vitamina E che aiuta a proteggere le cellule dallo stress ossidativo

Roseguard

60 compresse, 82,8g

Cod. 0139

* Molti fitonutrienti contengono rame, manganese, riboflavina, selenio, vitamina C, vitamina E e zinco o polifenoli dell'olio d'oliva, che contribuiscono alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo.

** Rame / manganese / riboflavina / selenio / vitamina C / vitamina E / zinco contribuiscono alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo.

*** VNR = Valori nutritivi di riferimento.

IDRATAZIONE



PERCHÈ DEVO MANTENERMI IDRATATO?

Il corpo umano è composto per il **60% d'acqua** e la maggior parte delle reazioni chimiche che avvengono al suo interno ha bisogno di questa. L'acqua contribuisce peraltro al mantenimento di una normale regolazione della temperatura corporea e al mantenimento delle normali funzioni fisiche e cognitive. Inoltre, la maggior parte delle reazioni chimiche all'interno dell'organismo avvengono in presenza di acqua.*

BEVO ABBASTANZA?

Non bere a sufficienza può comportare effetti negativi come ad esempio affaticamento, pelle secca e crampi muscolari. Quindi, cerca di bere la quantità giornaliera raccomandata di circa **2 litri di liquidi**. Qui parliamo di acqua, ma anche bevande come succhi di frutta e infusi di erbe contribuiscono alla razione di liquidi assunti durante la giornata. Anche i cibi che contengono molta acqua aiutano a mantenere l'idratazione. Ricorda di aumentare il consumo durante l'esercizio fisico o quando fa caldo per reintegrare i liquidi persi con la sudorazione.*

PER MANTENERE L'IDRATAZIONE È UTILE SAPERE QUALI CIBI CONTENGONO MOLTA ACQUA E POSSONO CONTRIBUIRE ALL'ASSUNZIONE GIORNALIERA DI LIQUIDI.



Cetrioli

96%
Acqua



Sedano

95%
Acqua



Cocomero

92%
Acqua



Cavolo

92%
Acqua



Ananas

87%
Acqua



40% ALOE VERA

40% ALOE VERA



97% ALOE VERA

Vai a **pagina 52** per avere maggiori informazioni su **H24 Hydrate** per una migliore idratazione.



6 KCAL

ALOE CONCENTRATO ALLE ERBE

Deliziosa bevanda ipocalorica per aiutarti a mantenerti idratato. Aggiungila all'acqua per avere una sana alternativa alle bibite piene di zuccheri e calorie.

- Contiene il 40% di succo di aloe vera, ricavato dalla foglia di aloe
- Il succo di aloe si ottiene attraverso una lavorazione a freddo, la migliore per ottenere un succo della massima qualità
- Dona all'acqua un gusto rinfrescante che può stimolarti a bere di più e raggiungere il fabbisogno giornaliero di 2 litri d'acqua
- Gusto Mango senza zuccheri aggiunti e senza aromi o coloranti artificiali
- Disponibile anche nel gusto Originale con una naturale nota di limone; senza dolcificanti o coloranti artificiali

Mango	31 porzioni, 473ml	Cod. 1065
Originale	31 porzioni, 473ml	Cod. 0006

ALOE MAX

- Contiene il 97% di puro succo di Aloe vera da foglia intera
- Certificato IASC (International Aloe Science Council)
- Bevanda rinfrescante all'aloè senza calorie, non contiene coloranti, edulcoranti o aromi aggiunti

AloeMax	31 porzioni, 473ml	Cod. 1196
---------	--------------------	-----------

INFUSO A BASE DI ERBE

Bevanda tonico rinfrescante alle erbe con 85 mg di caffeina**. Ipocalorica, con tè verde e tè nero, è deliziosa sia fredda che calda.

- Ipocalorico: circa 6 kcal a porzione
- Miscela unica di orange pekoe (varietà di tè nero tradizionale) e tè verde, con estratti di fiori di malva e ibisco e semi di cardamomo
- Il nostro estratto di tè verde è ottenuto con una lavorazione ad acqua per mantenere inalterato lo spettro completo delle benefiche sostanze presenti nel tè verde

Originale	58 porzioni, 100g	Cod. 0106
Originale	29 porzioni, 50g	Cod. 0105
Limone	29 porzioni, 50g	Cod. 0255
Lampone	29 porzioni, 50g	Cod. 0256
Pesca	29 porzioni, 50g	Cod. 0257

IDRATAZIONE

CALDO

INFUSO CHE RISCALDA

Fai bollire 1 litro d'acqua e metti in infusione i frutti di bosco che preferisci. Aggiungi 2 cucchiaini di Infuso a Base di Erbe gusto Lampone. Una bevanda calda e avvolgente per coccolarti senza sensi di colpa.

0,2 g
Proteine

85 mg
Caffeina

1,3 g
Carbo-
idrati

0 g
Grassi

6
kcal



INFUSO RINFRESCANTE

Lascia in infusione per una notte della melagrana e qualche fetta d'arancia in 1 litro d'acqua. Aggiungi del ghiaccio, 2 cucchiaini di Infuso a Base di Erbe gusto Limone e un po' di melagrana fresca. Rinfrescante con un piacevole aroma di agrumi, è perfetto per una calda giornata estiva.

0 g

Proteine

85 mg

Caffeina

1,4 g

Carbo-

idрати

0 g

Grassi

6

kcal



o FREDDO?

IDRAZIONE

BEVI BENE OGNI GIORNO



ALOEMAX

Le nostre foglie di aloe vera raccolte a mano vengono accuratamente selezionate e preparate per garantire la massima qualità del prodotto. **AloeMax** contiene il 97% di succo di aloe vera da foglia intera ed è privo di coloranti, edulcoranti o aromi. Dai nostri campi al tuo bicchiere, gusta questa bevanda rinfrescante tutti i giorni.

FAI SUBITO L'ORDINE

AloeMax Cod. 1196



MIX LEGGERO E RINFRESCANTE

6 tappi di AloeMax
250 ml d'acqua
½ mela
¼ di cetriolo
Succo di ½ limone medio
Lasciare in infusione o frullare fino ad
ottenere una consistenza omogenea

0,5 g
Proteine

2,5 g
Fibre

17 g
Carbo-
idriati

0,2 g
Grassi

17
kcal

I valori nutrizionali si riferiscono alla ricetta nella versione frullata.



LIMONATA ALLA MENTA

6 tappi di AloeMax
250 ml d'acqua
Succo di 1 limone medio
Qualche fogliolina di menta
5 cubetti di ghiaccio
Frullare fino ad ottenere una
consistenza omogenea

0 g
Proteine

2 g
Fibre

8 g
Carbo-
idriati

0 g
Grassi

33,5
kcal



SMOOTHIE VERDE

6 tappi di AloeMax
250 ml d'acqua
½ mela senza buccia
½ avocado
½ lime
¼ di limone grande
Una manciata di spinaci
½ manciata di prezzemolo
Frullare fino ad ottenere una
consistenza omogenea

3 g
Proteine

8 g
Fibre

24 g
Carbo-
idriati

11 g
Grassi

180
kcal



CURA DELLA PELLE

ACCETTA LA SFIDA

PER AVERE UNA PELLE DALL' ASPETTO PIÙ RADIOSO, LISCIO E GIOVANE.

NUTRIZIONE INTELLIGENTE PER LA PELLE,
RISULTATI IN 7 GIORNI*

MINI KIT RISULTATI

I nostri prodotti clinicamente testati ti aiutano ad ottenere ogni giorno risultati ottimali:

- Riduzione della comparsa di linee sottili e rughe in soli 7 giorni.**
- Miglioramento significativo di morbidezza, levigatezza, radiosità, colorito e luminosità della pelle in soli sette giorni.***
- Senza parabeni aggiunti, senza solfati aggiunti, dermatologicamente testati.****

Mini Kit Risultati

Cod. 0867



FILOSOFIA

Esperta in nutrizione, Herbalife ti offre nutrizione da esperti per la tua pelle.

Con oltre 15 vitamine e ingredienti botanici, i nostri prodotti danno ogni giorno alla pelle quanto serve per avere risultati ottimali.

FORMULA

Migliora l'aspetto della pelle con una miscela esclusiva di vitamina B3, vitamine antiossidanti C ed E, aloe vera e altri ingredienti botanici.

La linea Herbalife SKIN non contiene solfati aggiunti* né parabeni aggiunti** ed è testata dermatologicamente.

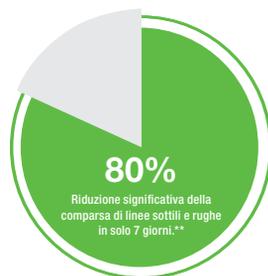
RISULTATI RAPIDI

I nostri prodotti clinicamente testati ti aiutano ad ottenere ogni giorno risultati ottimali come una pelle più morbida, liscia e radiosa, riducendo la comparsa di linee sottili e rughe.

SENSAZIONI

Volersi bene con creme voluttuose; la morbida carezza di schiume vellutate.

Lasciati ispirare da radiosi oli essenziali e aromi freschi e accattivanti.



*Risultati riferibili a Siero Riduttore Rughe, Crema Notte Rigenerante, Crema Giorno Idratante, Crema Idratante SPF 30, Crema Contorno Occhi Idratante e Gel Contorno Occhi Rassodante.

**Test su 30 soggetti: ruvidità della pelle misurata con Visioscan a dopo 2, 4 e 7 giorni.

***Test su 30 soggetti: levigatezza, morbidezza, colorito, radiosità e luminosità misurate visivamente da esperti a intervalli di due, quattro e sette giorni.

****Non contengono solfati aggiunti i prodotti detergenti che producono schiuma: Detergente Lenitivo all'Aloe, Detergente Levigante agli Agrumi e Scrub Istantaneo Rigenerante ai Frutti Rossi. La specifica "Senza parabeni aggiunti" non è applicabile alla Crema Idratante Fattore di Protezione SPF 30.

HERBALIFE SKIN

DETERGI, TONIFICA, MASSIMIZZA,
RIDEFINISCI, IDRATA**DETERGENTE LENITIVO ALL'ALOE** ●

- Delicato detergente che lascia la pelle luminosa, morbida e pulita

DETERGENTE LEVIGANTE AGLI AGRUMI ● ☀️🌙

- Microperle per una pulizia profonda, rinfrescano la pelle donandole un naturale splendore

SCRUB ISTANTANEO RIGENERANTE AI FRUTTI ROSSI

- Scrub ricco di antiossidanti con semi di frutti rossi per un'esorfoliazione che favorisce una pelle morbida e liscia

Detergente Lenitivo all'Aloe	Cod. 0765
Detergente Levigante agli Agrumi	Cod. 0766
Scrub Istantaneo Rigenerante ai Frutti Rossi	Cod. 0772

MASCHERA PURIFICANTE ARGILLA E MENTA

- Maschera d'argilla ricca e cremosa con le proprietà assorbenti e tonificanti della bentonite per rimuovere le impurità e assorbire il sebo in eccesso

TONICO ENERGIZZANTE A BASE DI ERBE ☀️🌙

- Tonic per il viso infuso di aloe vera, senza alcol, dal profumo di mandarino, idrata e rinfresca la pelle dall'aspetto stanco

SIERO RIDUTTORE RUGHE ☀️🌙

- Un siero multifunzionale che aiuta a ridurre i segni visibili dell'invecchiamento*

Maschera Purificante Argilla e Menta	Cod. 0773
Tonico Energizzante a base di Erbe	Cod. 0767
Siero Riduttore Rughe	Cod. 0829

* Test condotti su individui per valutare compattezza ed elasticità, misurate visivamente da esperti a intervalli di 7 e 42 giorni. Al 42° giorno è stato riscontrato sul 45% dei soggetti un miglioramento di compattezza/elasticità della pelle sotto gli occhi.

** Test su 30 soggetti: ruvidità della pelle misurata con Visioscan a intervalli di 0, 7 e 42 giorni.

*** Test su 30 soggetti: levigatezza, morbidezza, colorito, radiosità e luminosità misurate visivamente da esperti a intervalli di 2, 4 e 7 giorni.

LO SAPEVI?

I nostri prodotti per la pelle non contengono parabeni aggiunti né solfati aggiunti e sono dermatologicamente testati.



GIORNO

SERA



PELLE NORMALE E/O A TENDENZA SECCA

PELLE NORMALE E/O A TENDENZA GRASSA

GEL CONTORNO OCCHI RASSODANTE

- Aiuta a migliorare l'aspetto della delicata area intorno agli occhi aumentando la compattezza e l'elasticità della pelle*

CREMA CONTORNO OCCHI IDRATANTE

- Riduce la comparsa di linee sottili e rughe intorno agli occhi, un'area più povera di ghiandole sebacee e sudoripare e quindi maggiormente soggetta a disidratazione

CREMA GIORNO IDRATANTE ☀️

- Lozione idratante con proprietà per dare luminosità al viso e un colorito naturale. La pelle appare radiosa, anche senza make-up

Gel Contorno Occhi Rassodante	Cod. 0770
Crema Contorno Occhi Idratante	Cod. 0771
Crema Giorno Idratante	Cod. 0830

CREMA IDRATANTE SPF 30

- Crema idratante a lunga durata, rende la pelle liscia e morbida. Protezione UVA/UVB ad ampio spettro

CREMA NOTTE RIGENERANTE 🌙

- Ricca crema per dare alla pelle l'idratazione di cui ha bisogno durante la notte. L'idratazione a lungo termine dona una pelle più morbida e liscia al risveglio

Crema Idratante SPF 30	Cod. 0828
Crema Notte Rigenerante	Cod. 0827

CURA DEL CORPO E DEI CAPELLI

HERBAL ALOE

*Se usato in combinazione con il Balsamo Fortificante su capelli non trattati. Risultati ottenuti con uno Studio su Rafforzamento e Rottura. Valore medio ottenuto con Test di Pettinatura condotto da un laboratorio di ricerca indipendente su capelli lunghi "danneggiati". È stato confrontato il numero di fibre spezzate su capelli non trattati dopo l'applicazione di Shampoo Fortificante e Balsamo Fortificante.



FORTIFICA E RIPARA I TUOI CAPELLI

HERBAL ALOE SHAMPOO FORTIFICANTE

- Rende i capelli 10 volte più forti già dopo il primo uso*
- Riduce del 90% la rottura del capello
- Le proteine di grano idrolizzate aiutano a proteggere, riparare e fortificare il capello*
- Formula che rispetta il colore

HERBAL ALOE BALSAMO FORTIFICANTE

- Rinforza i capelli per una maggiore sensazione di morbidezza e setosità, già dalla prima applicazione
- Balsamo all'avanguardia arricchito con le proteine di grano
- Formula che rispetta il colore
- Senza solfati e parabeni aggiunti

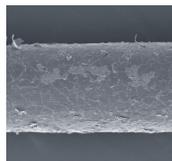
Shampoo Fortificante
Balsamo Fortificante

Cod. 2564
Cod. 2565

RISULTATI DEI TEST

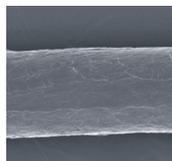
- Rendono i capelli 10 volte più forti
- Riducono del 90% la rottura del capello

PRIMA



Struttura delle cuticole molto danneggiata.

DOPO



Miglioramento significativo della struttura delle cuticole.



LO SAPEVI?

Un trattamento condizionante intensivo per i capelli – per capelli lucenti e super morbidi, lascia riposare il balsamo Herbal Aloe per 5 minuti prima di risciacquare.

RINFRESCA E RAVVIVA

HERBAL ALOE SAPONETTA

- Deterge delicatamente senza privare la pelle delle necessarie sostanze oleose
- Una miscela di aloe vera, olio d'oliva e vitamine A, C ed E per nutrire la cute
- Senza solfati e parabeni aggiunti

HERBAL ALOE BAGNOSCHIUMA

- Delicate sostanze detergenti derivate da piante
- Deterge delicatamente senza privare la pelle degli oli essenziali
- Aiuta a rinvigorire e detergere la pelle
- Senza solfati e parabeni aggiunti

Saponetta

Bagnoschiuma

Cod. 2566

Cod. 2561

IDRATA E NUTRI

HERBAL ALOE LOZIONE MANI E CORPO

- Clinicamente testata per idratare la pelle
- Idratazione per tutto il giorno
- L'aloè vera e il burro di karité africano si assorbono rapidamente lasciando la pelle liscia e morbida al tatto
- Senza solfati e parabeni aggiunti

HERBAL ALOE GEL LENITIVO

- Lascia visibilmente la pelle più liscia e più morbida
- Con Aloe vera e principi vegetali dalle proprietà tonificanti per idratare e lenire la pelle
- Formula senza profumo
- Senza solfati e parabeni aggiunti

Lozione mani e corpo

Gel lenitivo

Cod. 2563

Cod. 2562

RISULTATI DEI TEST

- Idratazione tutto il giorno
- Lascia la pelle visibilmente più liscia e morbida del 100%

NUTRIZIONE HERBALIFE PER SPORTIVI

SPRIGIONA IL TUO POTENZIALE

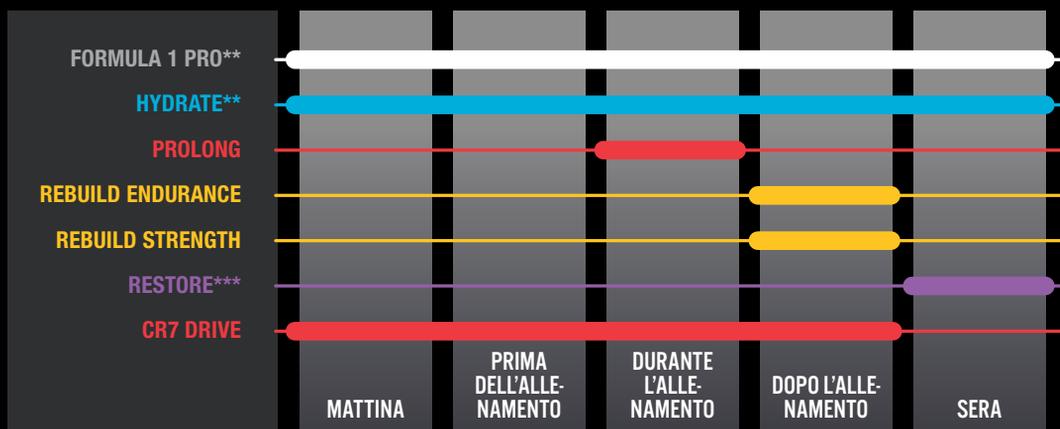
NUTRIZIONE SENZA COMPROMESSI PER SPORTIVI

Concentrazione, cura dei dettagli e duro lavoro: sono questi gli ingredienti che caratterizzano i grandi atleti; gli stessi ingredienti usati dal team Herbalife per formulare la prima linea nutrizionale per sportivi professionisti: Herbalife24®.



PERSONALIZZA LA TUA LINEA HERBALIFE24

IN BASE ALLE TUE ESIGENZE INDIVIDUALI, DI DISCIPLINA SPORTIVA, ALLENAMENTO, PERFORMANCE E RECUPERO. PER UNA GUIDA ALLA SCELTA DEI PRODOTTI, VISITA HERBALIFE24.IT. ACQUISTA IL KIT SPORTIVI (COD. 1776) E CHIEDI UNA CONSULENZA GRATUITA AD UN PREPARATORE ATLETICO HERBALIFE NUTRITION



* Close et al (2016). New strategies in sport nutrition to increase exercise performance. Free Radical Biology and medicine; 98 (144-158).

** Consultare l'etichetta per le modalità d'uso.

*** Herbalife24 Restore contiene 200 mg di vitamina C che contribuisce al mantenimento della normale funzionalità del sistema immunitario durante e dopo l'esercizio fisico intenso.

**** I carboidrati contribuiscono al recupero della normale funzione muscolare dopo un esercizio fisico molto intenso e prolungato che provoca affaticamento muscolare e l'esaurimento delle riserve di glicogeno nella muscolatura scheletrica. L'effetto benefico si ottiene mediante il consumo di carboidrati da tutte le fonti pari complessivamente a 4 g per kg di peso corporeo, con un'assunzione in dosi da iniziare entro le prime 4 ore successive a un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici e da concludere comunque entro le 6 ore successive a tale esercizio.

LA LINEA PER LO SPORT HERBALIFE24

Per tutti, da chi fa jogging all'atleta professionista, Herbalife24® ti offre i prodotti di cui hai bisogno nelle fasi di preparazione, allenamento e recupero****. Essendo la prima linea nutrizionale per sportivi professionisti, non sorprende se più di 190 fra atleti, squadre ed eventi in tutto il mondo usano i prodotti Herbalife24 per rendere al meglio.

QUALITÀ E SICUREZZA

Ogni lotto di prodotti Herbalife24® viene testato da laboratori indipendenti per verificare la presenza di sostanze vietate. Maggiori informazioni sull'etichetta dei prodotti.



LO SAPEVI?

Le principali cause di affaticamento durante una competizione sono l'esaurimento del carburante (carboidrati) e la disidratazione. Mangiare prima, durante e dopo un evento aiuta a ridurre questi effetti.*

Il principale artefice della linea Herbalife24 è John Heiss, Ph.D., Direttore Senior area Innovazione e Customer experience. Appassionato di corsa campestre e sci alpino e ciclista agonistico, Heiss sa esattamente cosa serve per soddisfare le esigenze nutrizionali di un atleta.



NUTRIZIONE HERBALIFE PER SPORTIVI

FORMULA 1 PRO

Sostituto del pasto per il controllo del peso

- Contiene 18 g di proteine che contribuiscono alla crescita della massa muscolare
- Formula 1 Pro contiene proteine del latte di elevata qualità (siero e caseina)
- 219 kcal a porzione per controllare l'apporto calorico
- Miscela di proteine e carboidrati con fibre, vitamine e minerali essenziali
- Vitamine C ed E e selenio per la protezione delle cellule dallo stress ossidativo

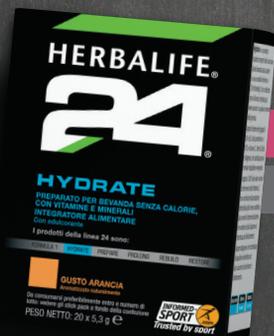
Vaniglia

20 porzioni, 524g Cod. 1432



18 G PROTEINE

219 KCAL



VITAMINA B e C

270 MOSMOL/KG

HYDRATE

Bevanda elettrolitica senza calorie

- Bevanda senza calorie per atleti, aiuta l'assunzione di liquidi
- Osmolarità inferiore a 270 mOsmol/kg
- Apporta il 100% dei valori nutritivi di riferimento (VNR) di vitamina C, che contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento
- Apporta vitamine del gruppo B (B1, B2, acido pantotenico e B12), calcio e magnesio che contribuiscono al normale metabolismo energetico
- Senza coloranti né aromi artificiali

Arancia

20 bustine x 5,3g, 106g Cod. 1433



F1 PRO:
QUANDO: PRIMA DELL'ALLENAMENTO.
USATA DA: GIUSEPPE VICINO
CAMPIONE DI CANOTTAGGIO

“Un'alimentazione mirata unita a Formula 1 Pro mi permette di raggiungere il peso forma prima delle gare importanti. La utilizzo sia prima dell'allenamento che come sostituto del pasto”.

*I carboidrati contribuiscono al recupero della normale funzione muscolare dopo un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici. L'effetto benefico si ottiene mediante il consumo di carboidrati da tutte le fonti pari complessivamente a 4 g per kg di peso corporeo, con un'assunzione in dosi da iniziare entro le prime 4 ore successive a un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici e da concludere comunque entro le 6 ore successive a tale esercizio.

**Un campione di ogni lotto di provenienza dei prodotti H24 viene testato al fine di escludere la presenza di sostanze vietate.

***VNR = Valori nutritivi di riferimento.



REBUILD ENDURANCE

Bevanda con carboidrati e proteine per il recupero* negli sport di resistenza

- Da usare dopo l'attività aerobica
- Ogni porzione contiene 36g di carboidrati appositamente selezionati e 10g di proteine di alta qualità derivate dal latte
- Le proteine contribuiscono alla crescita e al mantenimento della massa muscolare
- Apporta vitamine B1, B2, C ed E, oltre a ferro
- Senza coloranti, aromi o dolcificanti artificiali

Vaniglia

1000g

Cod. 1436

REBUILD STRENGTH

Bevanda proteica per il recupero*, da usare dopo l'allenamento della forza

- Da usare dopo l'attività anaerobica
- Apporta 25 g di proteine, che contribuiscono alla crescita e al mantenimento della massa muscolare
- Il ferro contribuisce al normale metabolismo energetico, alla formazione di globuli rossi e al trasporto dell'ossigeno nell'organismo
- Senza coloranti, aromi o dolcificanti artificiali
- Contiene 190 kcal per porzione



Cioccolato

1000g

Cod. 1437



REBUILD STRENGTH:
QUANDO: DOPO LA PARTITA.
USATO DA: SIMONE GIANNELLI
CAMPIONE DI PALLAVOLO

“Nel post partita non manca mai il supporto di REBUILD STRENGTH, prodotto efficace per accelerare il recupero muscolare oltre ad essere anche molto gustoso”.



NUTRIZIONE HERBALIFE PER SPORTIVI



VITAMINA B1 e B12

97 KCAL

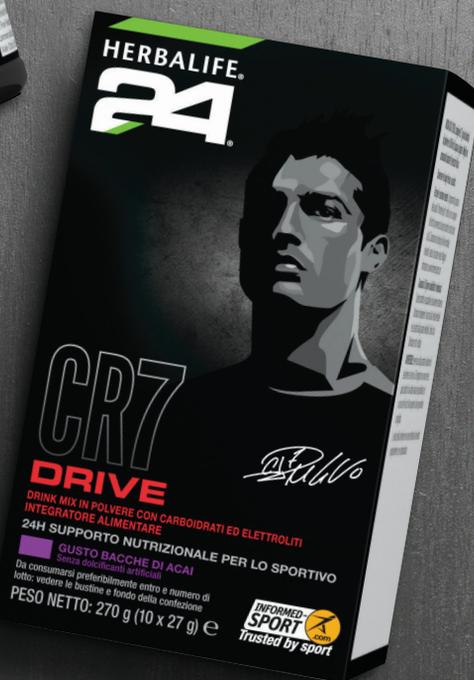
SODIO E MAGNESIO

CR7 DRIVE

Drink mix per l'idratazione avanzata e la resistenza**

- Soluzione di carboidrati ed elettroliti al delicato gusto di bacche di acai
- Le soluzioni di carboidrati-elettroliti contribuiscono al mantenimento della performance di resistenza durante l'esercizio prolungato*
- Inoltre, migliorano l'assorbimento dell'acqua durante l'esercizio fisico**
- Contiene Magnesio (142 mg per porzione) che contribuisce all'equilibrio elettrolitico e alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento
- Apporta il 100% dei VNR di tiamina (vitamina B1) che contribuisce alla normale funzione cardiaca e vitamina B12 che contribuisce al normale metabolismo energetico e alla normale funzione del sistema immunitario ***
- Meno di 100 kcal per porzione
- Senza dolcificanti artificiali

Bacche di acai	20 porzioni, 540g	Cod. 1466
Bacche di acai	10 bustine x 27g, 270g	Cod. 1467



* Le soluzioni di carboidrati-elettroliti contribuiscono al mantenimento di prestazioni di resistenza durante l'esercizio fisico prolungato.

** Le soluzioni di carboidrati-elettroliti migliorano l'assorbimento dell'acqua durante l'esercizio fisico.

*** La Tiamina (vitamina B1) contribuisce alla normale funzione cardiaca; la vitamina B12 contribuisce al normale metabolismo energetico e alla normale funzione del sistema immunitario

VNR: Valori nutritivi di riferimento



LE BASI SCIENTIFICHE DI CR7 DRIVE...



La stella del calcio mondiale Cristiano Ronaldo ha collaborato con Herbalife Nutrition nella creazione di un nuovo prodotto nutrizionale per sportivi che apre nuove frontiere in fatto di idratazione e performance. Vediamo alcune proprietà del nuovo prodotto Herbalife24 CR7 Drive e i principi scientifici su cui si basano.

CR7 DRIVE MIGLIORA L'ASSORBIMENTO IDRICO DURANTE L'ESERCIZIO

Le soluzioni di carboidrati-elettroliti migliorano l'assorbimento dell'acqua durante l'esercizio fisico.

BASE SCIENTIFICA:

Durante l'esercizio perdiamo 0,5-2 litri di liquidi all'ora attraverso il sudore¹. La perdita riguarda una combinazione di acqua ed elettroliti (es. sodio, potassio e magnesio). Poiché la disidratazione influisce negativamente sulla performance aerobica e aumenta lo sforzo percepito, la reintegrazione di liquidi ed elettroliti diventa prioritaria. Le ricerche dimostrano che le soluzioni di carboidrati-elettroliti come CR7 Drive migliorano l'assorbimento di acqua durante l'esercizio e pertanto CR7 Drive è la scelta ideale durante l'attività fisica, specie se questa si svolge a temperature elevate.²

DOPO UNA SESSIONE O UNA GARA IMPEGNATIVA, CR7 DRIVE FAVORISCE IL RECUPERO DELLA FUNZIONALITÀ MUSCOLARE

I carboidrati contribuiscono al recupero della normale funzione muscolare (contrazione) dopo un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici. L'effetto benefico si ottiene mediante il consumo di carboidrati da tutte le fonti pari complessivamente a 4 g per kg di peso corporeo, con un'assunzione in dosi da iniziare entro le prime 4 ore successive a un esercizio fisico intenso e/o prolungato che comporti affaticamento muscolare e depauperamento delle riserve di glicogeno nei muscoli scheletrici e da concludere comunque entro le 6 ore successive a tale esercizio.

CR7 DRIVE FAVORISCE LA PERFORMANCE DI RESISTENZA DURANTE L'ESERCIZIO PROLUNGATO

Le soluzioni di carboidrati-elettroliti favoriscono il mantenimento della performance di resistenza durante l'esercizio prolungato di resistenza.

BASE SCIENTIFICA:

Due sono i fattori principali che provocano affaticamento: l'esaurimento delle riserve di carboidrati e la disidratazione conseguente alla perdita di acqua ed elettroliti attraverso il sudore. La performance sportiva ne risulta indebolita, specie negli eventi di resistenza al caldo e/o in alta quota. Alcuni studi dimostrano che le soluzioni di carboidrati-elettroliti come CR7 Drive aiutano a mantenere la performance durante gli esercizi di resistenza e, paragonate all'acqua, possono aiutare a mantenere l'equilibrio idrico ed elettrolitico. Queste bevande possono anche aiutare la performance nelle fasi finali di sessioni o gare lunghe e impegnative.²

BASE SCIENTIFICA:

Più del 75% delle kcal contenute in una porzione di CR7 Drive è derivato da carboidrati a rapido assorbimento, che entrano subito nella circolazione sanguigna sotto forma di glucosio. È stato dimostrato scientificamente che il consumo di questi carboidrati che forniscono glucosio subito dopo un esercizio molto intenso può favorire il recupero della normale funzionalità muscolare³. L'effetto benefico si ottiene assumendo carboidrati da qualsiasi fonte, per un apporto totale di 4 g per kg di peso corporeo, entro le prime 4 ore (ma non oltre 6 ore) successive all'esercizio intenso.

¹ Varia a seconda dell'intensità dell'esercizio, delle condizioni ambientali (come le alte temperature) e le propensioni individuali

² SCF, 2001; Sawka et al., 2007; Rodriguez et al., 2009; EFSA, 2011

³ Leckerl JM, de Lorgeril M. Br J Nutr. 2011 Jul;106(1):6-14.

NUTRIZIONE HERBALIFE PER SPORTIVI

Guaranà

- Ogni porzione contiene 32 mg di caffeina

- 60 compresse, 61,2g Cod. 0124



32 MG CAFFEINA

VITAMINA B e C

75 MG CAFFEINA

10 KCAL



LiftOff® Drink energetico effervescente

Drink energetico, a portata di mano sempre, ovunque

- 10 kcal a porzione, un'ottima alternativa alle bibite gasate ricche di zuccheri
- 100% dei VNR* di vitamina C per contribuire alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento
- 100% dei VNR* delle vitamine del gruppo B (Tiamina, Riboflavina, acido pantotenico, B12) che contribuiscono al normale metabolismo energetico
- Contiene guaranà, ricco in caffeina
- Ogni porzione contiene 75 mg di caffeina

Limone 10 compresse monodose, 45g Cod. 3152

LO SAPEVI?

Il guaranà, arbusto originario del Sudamerica, è usato da secoli dalle popolazioni amazzoniche per il suo contenuto di caffeina.



7 G PROTEINE

225 KCAL

PROLONG

Bevanda con carboidrati e proteine da usare durante l'esercizio fisico intenso e prolungato

- Apporto di 225 kcal a porzione, ottimo per gli sport di resistenza
- Preparato per bevanda con carboidrati e proteine e un'osmolarità di 270 – 330 mOsmol/kg
- 7 g di proteine di siero del latte per contribuire alla crescita della massa muscolare
- Contiene carboidrati sotto forma di maltodestrina
- Arricchita con vitamina C e vitamine del gruppo B (B1, B3, B6, B12 e acido pantotenico), questa bevanda dal gusto leggero e delicato è ottima da prendere durante l'esercizio
- Senza coloranti, aromi o dolcificanti artificiali

Limone

15 porzioni, 900g

Cod. 1435

RESTORE

Integratore alimentare ad alto contenuto di vitamina A, C ed E

- Formulato per le esigenze di chi è sottoposto ad intenso sforzo fisico
- Con 200 mg di Vitamina C che contribuisce al mantenimento della normale funzione del sistema immunitario durante e dopo l'esercizio fisico intenso; inoltre, la Vitamina C contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento
- Contiene il 100% dei valori nutritivi di riferimento di vitamina E che contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo
- Contiene Lactium™ – un peptide bioattivo unico, derivato dalle proteine della caseina. Per saperne di più sul Lactium™, visita www.lactium.com

-

30 capsule, 21,4g

Cod. 1424



VITAMINA E

200 MG VITAMINA C

LACTIUM

USA RESTORE NELL'AMBITO DI UNA DIETA VARIA ED EQUILIBRATA E UNO STILE DI VITA SANO; SEGUI LE ISTRUZIONI IN ETICHETTA. PER SAPERNE DI PIÙ SUL LACTIUM™, VISITA WWW.LACTIUM.COM

HERBALIFE NUTRITION FOUNDATION

NUTRIZIONE PER TUTTI

Herbalife è fermamente convinta che la buona nutrizione sia un diritto di tutti. Attraverso la Herbalife Nutrition Foundation e la collaborazione con la GAIN (Alleanza globale per una migliore nutrizione), lavoriamo per migliorare la qualità di vita nel mondo e per combattere la piaga della malnutrizione.



Creata nel 1994 dal fondatore di Herbalife Mark Hughes (1956-2000), la Herbalife Nutrition Foundation (HNF) è una fondazione no-profit dedicata a migliorare la vita dei bambini di tutto il mondo, contribuendo a garantire una buona nutrizione a bambini svantaggiati. Milioni di bambini nei paesi in via di sviluppo e in tutto il mondo soffrono di malnutrizione. Finanziamo sovvenzioni a organizzazioni caritatevoli che forniscono ai bambini vulnerabili la nutrizione di cui hanno bisogno. Inoltre, HNF è anche impegnata nella raccolta di fondi in favore delle popolazioni colpite da calamità naturali.

Venti anni fa, HNF ha iniziato con un singolo programma in Brasile. Oggi forniamo milioni di dollari in finanziamenti ogni anno a oltre 130 orfanotrofi, ospedali, scuole e organizzazioni in oltre 50 paesi.

HERBALIFE NUTRITION



FOUNDATION

SE OGNUNO DÀ ANCHE SOLO UN PICCOLO AIUTO, POSSIAMO RACCOGLIERE MOLTO.

Dona oggi stesso visitando la pagina herbalifenutritionfoundation.org o visita hrbl.me/casafriends per iscriverti ad un Programma Casa Friends e donare mensilmente al programma scelto.





“Stiamo cambiando le abitudini alimentari nel mondo, persona dopo persona”.

Siamo tutti mossi da buone intenzioni quando si parla di benessere e forma fisica, ma ci sono giorni in cui avremmo bisogno di qualche motivazione in più.

Il tuo Distributore Herbalife è a tua disposizione per condividere con te informazioni e materiale elaborato da esperti nutrizionisti su nutrizione e corrette abitudini alimentari. Seguendo la Filosofia sulla Nutrizione Herbalife, ti fornirà un valido supporto, sia a livello individuale che nell'ambito di un gruppo, e la giusta motivazione per aiutarti a raggiungere i tuoi obiettivi di benessere.

**CONTATTA LA PERSONA CHE TI HA DATO QUESTO CATALOGO
E SCOPRI IN CHE MODO HERBALIFE PUÒ AIUTARTI.**

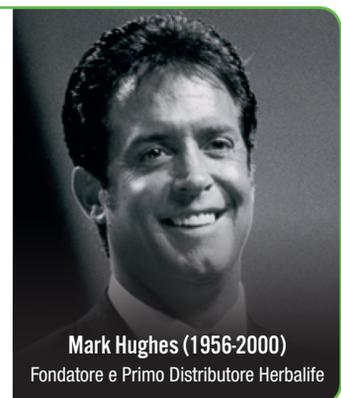
CHI È HERBALIFE?

**FONDATA A LOS ANGELES, CALIFORNIA,
DA MARK HUGHES NEL 1980.**

Da oltre 35 anni, Multinazionale leader nel settore della nutrizione e delle vendite dirette.

La nostra missione è cambiare la vita delle persone offrendo la migliore opportunità commerciale nel settore della vendita diretta e i migliori prodotti al mondo per il controllo del peso e il benessere.

Quotata alla Borsa valori di New York, nel 2017 ha registrato un fatturato di 4,4 miliardi di dollari con un giro d'affari di 7,7 miliardi di dollari.



Mark Hughes (1956-2000)
Fondatore e Primo Distributore Herbalife

SPONSORIZZAZIONI ITALIANE

HERBALIFE24
E CONI:
L'UNIONE FA
LO SPORT.

HERBALIFE
24



OFFICIAL PARTNER



SIMONE GIANNELLI
PALLAVOLO



ARIANNA ERRIGO
SCHERMA



GIUSEPPE VICINO
CANOTTAGGIO



ARIANNA FONTANA
SHORT TRACK



SIMONA QUADARELLA
NUOTO



LISTINO PREZZI AL PUBBLICO

pagina
20



FORMULA 1

Vaniglia	Cod. 0141	Crema e Biscotto	Cod. 0146	Formula 1 "Free" -	
Cacao	Cod. 0142	Lampono e Mirtillo	Cod. 2100	Vaniglia	Cod. 3118
Fragola	Cod. 0143	Banana Cream	Cod. 4462	21 porzioni, 550g	€ 51,58*
		21 porzioni, 550g	€ 46,88*		

pagina
20



Vaniglia	30 porzioni, 780g	Cod. 1922	€ 57,72*
Vaniglia	7x26g	Cod. 2653	€ 17,94*
Crema e biscotti	7x26g	Cod. 2657	€ 17,94*

NUOVI GUSTI

pagina
22



FORMULA 1

Caffelatte	Cod. 4465
Mela speziata	Cod. 4464
Menta e cioccolato	Cod. 4471
Frutti di bosco	Cod. 4470
21 porzioni, 550g	€ 46,88*

pagina
23



FORMULA 1 BARRETTA

Cacao	7x56g	Cod. 2669	€ 22,33*
Yogurt e Frutti Rossi	7x56g	Cod. 2670	€ 22,33*

pagina
24



PROTEIN DRINK MIX

Vaniglia	588g	Cod. 2600	€ 56,26*
----------	------	-----------	-----------------

FORMULA 3 INTEGRATORE PROTEICO IN POLVERE

Originale	240g	Cod. 0242	€ 36,84*
-----------	------	-----------	-----------------

pagina
25



PRO 20 SELECT

Vaniglia	15 porzioni, 630g	Cod. 1660	€ 60,51*
----------	-------------------	-----------	-----------------

pagina
26



BARRETTE PROTEICHE

- Cioccolato/Arachidi 14x35g Cod. 3972 € 20,97*
- Vaniglia/Mandorla 14x35g Cod. 3968 € 20,97*
- Agrumi 14x35g Cod. 3976 € 20,97*

pagina
26



ZUPPA DI POMODORO

21 porzioni, 672g Cod. 0155 € 46,01*

NOCCIOLINE DI SOIA TOSTATE

12 x 21,5g Cod. 3143 € 19,00*

pagina
29



**FORMULA 2
VITAMIN & MINERAL**

- Uomo 60 compresse Cod. 1800 € 22,34*
- Donna 60 compresse Cod. 1819 € 22,34*

pagina
30



THERMO COMPLETE

90 compresse Cod. 0050 € 48,01*

CELL ACTIVE

90 capsule Cod. 0104 € 36,84*

pagina
33



HERBALIFELINEMAX

30 capsule Cod. 0043 € 30,84*

pagina
31



NITEWORKS

15 porzioni, 150g Cod. 3150 € 81,89*

MINERAL COMPLEX PLUS

120 compresse Cod. 0111 € 29,02*

THERMO GIALLO

60 compresse Cod. 0117 € 34,61*

XTRA CAL

90 compresse Cod. 0020 € 18,53*

pagina
35/37



BEVANDA MULTI FIBRE

Mela 30 porzioni Cod. 2554 € 32,99*

MULTIFIBRE

180 capsule Cod. 3114 € 25,31*

BETA HEART

Vaniglia 30 porzioni, 229g Cod. 0267 € 41,34*

pagina
39



ROSEGUARD

60 compresse Cod. 0139 € 38,36*

pagina
41



INFUSO A BASE DI ERBE

Originale	100g	Cod. 0106	€ 56,94*
Originale	50g	Cod. 0105	€ 31,28*
Limone	50g	Cod. 0255	€ 31,28*
Lampone	50g	Cod. 0256	€ 31,28*
Pesca	50g	Cod. 0257	€ 31,28*

pagina
41



NUOVO

ALOE CONCENTRATO ALLE ERBE

Mango	473ml	Cod. 1065	€ 41,53*
Originale	473ml	Cod. 0006	€ 41,53*

ALOE MAX

Originale	473ml	Cod. 1196	€ 44,83*
-----------	-------	-----------	----------

pagina
48/49



HERBALIFE SKIN – MINI KIT

Detergente Lenitivo all'Aloe	50ml		
Crema Giorno Idratante	15ml		
Crema Notte Rigenerante	15ml		
Gel Contorno Occhi Rassodante	2 x 2ml		
Crema Contorno Occhi Idratante	2 x 2ml		
Mini Kit Risultati		Cod. 0867	€ 25,98*



HERBALIFE SKIN

Detergente Lenitivo all'Aloe	150ml	Cod. 0765	€ 23,66*
Detergente Levigante agli Agrumi	150ml	Cod. 0766	€ 23,66*
Scrub Istantaneo Rigenerante ai Frutti Rossi	120ml	Cod. 0772	€ 18,51*
Maschera Purificante Argilla e Menta	120ml	Cod. 0773	€ 20,07*
Tonico Energizzante a base di Erbe	50ml	Cod. 0767	€ 17,94*
Siero Riduttore Rughe	50ml	Cod. 0829	€ 61,26*
Gel Contorno Occhi Rassodante	15ml	Cod. 0770	€ 37,23*
Crema Contorno Occhi Idratante	15ml	Cod. 0771	€ 37,23*
Crema Giorno Idratante	50ml	Cod. 0830	€ 46,15*
Crema Idratante SPF 30	50ml	Cod. 0828	€ 46,15*
Crema Notte Rigenerante	50ml	Cod. 0827	€ 46,15*

pagina
50/51



HERBAL ALOE

Shampoo Fortificante	250ml	Cod. 2564	€ 13,08*
Balsamo Fortificante	250ml	Cod. 2565	€ 13,08*
Saponetta	1 saponetta	Cod. 2566	€ 9,07*
Bagnoschiuma	250ml	Cod. 2561	€ 13,13*
Lozione mani e corpo	250ml	Cod. 2563	€ 12,23*
Gel lenitivo	250ml	Cod. 2562	€ 12,23*

pagina
54



FORMULA 1 PRO

Vaniglia 524 g Cod. 1432 € 58,96*

HYDRATE

Aranca 20 bustine x 5,3g Cod. 1433 € 44,97*

pagina
55



REBUILD STRENGTH

Cioccolato 1000 g Cod. 1437 € 57,49*

REBUILD ENDURANCE

Vaniglia 1000 g Cod. 1436 € 83,66*

pagina
56



CR7 DRIVE

Bacche di acai Barattolo, 20 porzioni Cod. 1466 € 19,90*

Bacche di acai 10 bustine monodosi Cod. 1467 € 12,02*

pagina
58



GUARANA

60 compresse Cod. 0124 € 26,81*

LiftOff®

Limone 10 bustine, Cod. 3152 € 30,16*

pagina
59



PROLONG

Limone 900 g Cod. 1435 € 61,91*

RESTORE

30 capsule Cod. 1424 € 38,66*

SCOPRI IL TUO POTENZIALE



HERBALIFE NUTRITION

Per saperne di più, contattami oggi:

Herbalife Italia è associata alla AVEDISCO (Associazione Vendite Dirette Servizio Consumatori). I prodotti Herbalife sono notificati, ove previsto, al Ministero della Salute e rispettosi delle vigenti normative nazionali ed internazionali oltre che delle più severe procedure di controllo qualitativo.

IMPRESA
ASSOCIATA
avedisco

COD. 6240 - n. 66

