

inspire

PORTUGAL NÚMERO 150

Today



imagine-se

no seu melhor
absoluto . . .

nutrido, com mais bem-estar, *ansioso por acção*



...e pronto para a vida.

sinta a diferença!



Gerir uma vida atarefada, mas em boa forma e saudável

Uma das coisas mais importantes em qualquer programa de boa forma é a criação de massa muscular forte e magra, para ajudá-lo a ter o melhor desempenho em absoluto. Para o apoiar nos desafios que se apresentam ao seguir um regime de boa forma, o seu Distribuidor Independente Herbalife pode ajudá-lo a conceber um programa de bem-estar personalizado, para que se possa concentrar no seu desempenho e, conseqüentemente, atingir o seu potencial mais elevado.



“Fiquei com muito mais energia do que antes e o meu tempo de recuperação após o exercício físico, foi mais curto”

Tiago Oliveira – Portugal

Fórmula 1 – Uma opção de refeição equilibrada

Formulada por especialistas nutricionais, a Fórmula 1 contém um excelente equilíbrio de ingredientes para uma refeição equilibrada. Disponível em seis sabores deliciosos, é uma refeição prática e fácil de preparar, nutritiva e equilibrada, criada especialmente para as pessoas que aspiram a estar no seu melhor absoluto. Tudo o que tem a fazer é manter-se empenhado e nós apoiaremos a jornada.

- Sente-se, por vezes, ‘vergado’ sob a comida quando faz exercício físico? Fazer um programa de ‘fitness’ intensivo significa que provavelmente prefere sentir uma certa ‘leveza’ no que respeita aos alimentos que ingere antes do treino. É por isto que é importante fazer uma refeição leve, mas que o deixe satisfeito, que não o faça sentir-se pesado.
- Preparar uma refeição com elevado teor de proteínas é uma complicação e demasiado demorado? As proteínas são importantes para desenvolver massa muscular magra e uma refeição com elevado teor de proteínas, equilibrada e prática, é um imperativo para os que se interessam pela boa forma.
- Está a dar ao seu corpo refeições densas em nutrientes e em proteínas, para ajudar a reduzir o tempo de recuperação? Os treinos vigorosos adicionam uma tensão extra no corpo, tornando a recuperação pós exercício físico uma altura crítica para começar o processo de reparação das fibras musculares danificadas e da substituição dos nutrientes essenciais perdidos durante a actividade física. É importante reabastecer o corpo com uma refeição densa em nutrientes e alto teor de proteínas.



Fórmula 1 : factos absolutos

- Menos de 220 calorias, para o ajudar a controlar a sua ingestão calórica.*
- Rica em vitaminas e minerais essenciais, para o ajudar a atingir a sua Dose Diária Recomendada.
- Naturalmente rica em fibras, para ajudar a apoiar o bem-estar digestivo.
- Alto teor de proteínas, para ajudar a desenvolver massa muscular magra, como parte de um programa de boa forma.

Use em conjunto com a Fórmula 2 Complexo Multivitamínico e o Farelo e Ervas, para o ajudar a atingir 100% da sua DDR de vitaminas e minerais essenciais e para ajudar a apoiar o bem-estar do sistema digestivo.

* quando preparada com 250 ml de leite meio gordo.



Nutrição inteligente para todos: Fórmula 1 Substituto de Refeição para Controlo de Peso e Nutrição Equilibrada, Fórmula 2 Complexo Multivitamínico e Farelo e Ervas – este trio fenomenal fornece diariamente níveis equilibrados de vitaminas, minerais, hidratos de carbono bons, proteínas vegetais, gorduras saudáveis, fibras benéficas, ervas e antioxidantes. Estes produtos base constituem os alicerces dum regime de boa forma de sucesso – nada menos que isto resultará!

A Fórmula 1 está disponível em seis sabores deliciosos:

Baunilha	#0141
Chocolate	#0142
Morango	#0143
Frutos Tropicais	#0144
Cappuccino	#1171
Biscoito & Nata	#0146
Fórmula 2 Complexo Multivitamínico	#3122
Farelo e Ervas	#3114

NOVO!

As Saquetas Fórmula 1 já estão disponíveis. Práticas saquetas de uma dose, disponíveis em dois sabores: Baunilha #2655 ou Biscoito & Nata #2659.



sinta a diferença!

Para manter um corpo em boa forma você necessita da melhor nutrição possível...

Selecione produtos da parte de fora da roda para soluções específicas; estes produtos foram concebidos para ir ao encontro das necessidades específicas de bem-estar.

RoseOx* – ajude as suas células a combater os radicais livres!

O stress e a poluição afectam negativamente o sistema imunitário. Os antioxidantes auxiliam-no combatendo os radicais livres. O RoseOx* é um suplemento nutricional rico em antioxidantes, contendo Extracto de Rosmaninho, o qual é conhecido por ter mais de uma dúzia de antioxidantes – perfeito para pessoas interessadas na boa forma!

RoseOx* #0139



Fórmula 3 Suplemento de Proteínas Personalizado – Quer perder, manter ou ganhar peso?

As proteínas podem ajudá-lo a remodelar o seu corpo e atingir o seu peso ideal. As proteínas ajudam-no a sentir-se saciado durante mais tempo e, quando aumenta a massa muscular através do exercício físico, o seu metabolismo também aumenta, significando que queima mais calorias em descanso – excelente para obter menos gordura corporal e mais massa muscular magra. Adicione uma quantidade personalizada deste produto de elevada qualidade, de proteínas de soja sem gordura e soro de leite, ao seu regime diário de boa forma e tem o potencial para verificar uma grande diferença!

Suplemento de Proteínas Personalizado #0242



Refresque a sua pele

Enfie estes produtos no seu saco de desporto, para refrescar e nutrir a pele.

Radiant C™

Limpe e refresque a pele com a linha de cuidados com a pele Radiant C™. O Spray Refrescante arrefece e refresca instantaneamente a pele sequiosa de hidratação - pulverize durante e depois das suas sessões de exercício físico, para refrescar instantaneamente!

- Spray Refrescante Radiant C™ #2997
- Loção para o Corpo com FPS 15 #0445

Herbal Aloés

Limpe, suavize e refresque a pele cansada com as propriedades suavizantes do aloés vera, que se encontra na linha de produtos Herbal Aloés da Herbalife®.

- Gel de Banho Suavizante Herbal Aloés #0493
- Gel Suavizante Herbal Aloés #0379
- Champô Hidratante Herbal Aloés #0457, Amaciador Hidratante Herbal Aloés #0458

NouriFusion®

A pele necessita de protecção contra os radicais livres nocivos, causados pela poluição e até pelo próprio exercício físico. O corpo utiliza a transpiração para remover as toxinas, mas as células mortas da pele podem acumular-se, resultando numa pele cansada e de aspecto baço. Revitalize e refresque a sua pele com a linha de produtos de cuidados com a pele NouriFusion®, a qual oferece os benefícios protectores das antioxidantes Vitaminas A, C e E. Limpe, tonifique e hidrate diariamente, para manter a pele limpa e fresca. Exfolie uma vez por semana, para obter uma pele vibrante e renovada e refresque a zona de contorno dos olhos com uma solução específica.

- Exfoliante NouriFusion® #2521
- Máscara Clarificante NouriFusion® #2519
- Máscara Hidratante NouriFusion® #2520
- Gel para Olhos NouriFusion® #2518
- Creme para Olhos NouriFusion® #2517



* O nome RoseOx é propriedade de Zuellig Botanicals Inc.

O seu plano de bem-estar para toda a vida começa HOJE!

A esplêndida gama de produtos Herbalife cientificamente avançados, de nutrição, controlo de peso e cuidados pessoais, é apoiada por um serviço personalizado e amigável e uma garantia de devolução do dinheiro de 30 dias. Por favor, peça uma Brochura de Produto.

O Seu Distribuidor Independente Herbalife é:

IPVD
Instituto Português de Venda Directa

Issue 150 – Insert
Portuguese
#5921-PO-50