

Herbalife

NL UITGAVE 154

Inspire

NIEUW

H³PRO
PRO™

ISOTONE DRANK

BRANDSTOF VOOR
UITZONDERLIJKE
PRESTATIES



Ervaar het verschil!

www.herbalife.com

Top atleten vergen het uiterste van hun lichaam om uitzonderlijke prestaties te leveren. Hoe ze dit doen? Twee cruciale factoren liggen hieraan ten grondslag: **energie en hydratatie**. Zo weinig als 2% vochtverlies gedurende training of lichte uitdroging kan de prestaties al zeer negatief beïnvloeden.

Uw lichaam bestaat voor 60% uit water dus het is belangrijk uw vochtbalans te allen tijde op het optimale niveau te houden. Als u sport dan zweet u, met als gevolg een verhoogd risico op de negatieve effecten van uitdroging zoals hoofdpijn, vermoeidheid en kramp.

Voor een uitzonderlijke prestatie is water alleen niet genoeg.

Tegenwoordig genieten isotone dranken de voorkeur van de meeste sportieve mensen en atleten. Zij verwachten uitzonderlijke hydratatie en energielevering en isotone dranken hebben een gelijkwaardige koolhydraat- en elektrolytenconcentratie als het lichaam. Dat betekent dat het lichaam deze snel absorbeert, even snel of zelfs sneller dan water. Ook leveren de koolhydraten in een isotone drank een extra oppepper.





Uitgebalanceerde osmolaliteit

Osmolaliteit van een drank is een maat voor het aantal deeltjes dat opgelost is in een vloeistof. In een isotone drank bestaan deze deeltjes uit koolhydraten en elektrolyten (zouten). Een osmolaliteitsniveau van 270-330 Mosm/kg in een isotone drank helpt de benodigde concentratie van elektrolyten in het bloed in stand te houden. Water alleen heeft een erg laag osmolaliteitsniveau omdat het weinig tot geen elektrolyten bevat.

Even voorstellen: H³O Pro™ isotone drank

De nieuwe isotone drank van Herbalife H³O Pro™ is ontwikkeld in samenwerking met sportvoedingsexperts. Het is een **innovatieve** isotone drank die helpt bij het leveren van uitzonderlijke prestaties. U haalt zoveel meer uit de H³O Pro™ isotone drank dan uit andere toonaangevende merken die verkrijgbaar zijn...



Kernvoordelen van H ³ O Pro™	Hoe het werkt
 Hydratatie	Zweten tijdens de training veroorzaakt verlies van essentiële elektrolyten (of zouten) zoals natrium evenals kalium, calcium, magnesium en chloride. Vervangen van elektrolyten kan snelle hydratatie bevorderen en u helpen de negatieve effecten van dehydratatie, zoals spierkrampen, vermoeidheid en hoofdpijn, voor te zijn.
 Energie en Uithoudingsvermogen	Vitaliserende koolhydraten leveren uw lichaam directe en doorgaande energie om ongewenste prestatiedipjes te voorkomen - keeping you at the top of your game!
 Absorptie	Energieleverende B-vitamines helpen de opname van essentiële voedingsstoffen verbeteren wat betekent dat uw lichaam sneller kan reageren op de geleverde voedingsstoffen uit H ³ O Pro™.
 Bescherming	Zuurstofproductie gedurende training verhoogt de productie van vrije radicalen welke schade kunnen toebrengen aan lichaamscellen. Kernantioxidanten vitaminen C & E en verschillende tocopherolen helpen de lichaamscellen beschermen tegen de potentieel schadelijke effecten van vrije radicalen.

Wat uw sport ook is, een isotone drank kan u helpen bij het leveren van uitzonderlijke prestaties!



Fitness Algemeen

Als u regelmatig cardiovasculair traint op de sportschool of algemene aerobische sporten doet zoals roeien of tennissen dan kunt u baat hebben bij een isotone drank. Het betreft een cardiovasculaire training als u uw cardiovasculaire systeem traint en daarmee uw hart en longen sterker maakt. Deze training behoeft koolhydraten voor energie, vocht voor hydratatie en elektrolyten om dat wat verloren is gegaan door te zweten aan te vullen. H³O Pro™ biedt de lichaamcellen ook bescherming tegen de negatieve effecten door vrije radicalen.

Uithoudingssporten

Hardlopen, zwemmen en fietsen zijn allemaal uithoudingssporten. Dat wil zeggen intense inspanning voor een langere periode. Deze activiteiten behoeven koolhydraten voor energie en voldoende vocht ter voorkoming van uitdroging. H³O Pro™ kan helpen bij het leveren van uitzonderlijke prestaties door te hydrateren. Het is cruciaal als men vocht verliest door middel van zweten over een langere periode en geeft een extra oppepper precies wanneer u het nodig heeft.

“Als je hard traint en veel zweet, dan is water drinken alleen niet genoeg om te voldoen aan de vocht- en energiebehoefte van het lichaam. Een subtiel smakende isotone drank past precies bij mij, niet te zoet, zodat ik het zo vaak als nodig is tijdens mijn lange trainingssessies kan drinken.”

Olly Freeman, triatleet, Engeland



Teamsport

Voetbal, hockey, basketbal of volleybal – welke teamsport u ook speelt, H³O Pro™ kan helpen uw vitaliteitsniveau op peil te houden terwijl het de hydratatie bevordert tijdens de wedstrijd. Goed voor u en voor het team!

“We weten uit ervaring dat verloren elektrolyten en water onze prestaties kunnen beïnvloeden dus ze snel en eenvoudig kunnen aanvullen is belangrijk. Daarom drinken wij isotone sportdranken.”

**Lucilla Perrotta & Daniela Gatteli,
beachvolleybalteam**

De beste tijd om H³O Pro™ te drinken is gedurende de training om uw gehydrateerd te houden terwijl het een oppepper, elektrolyten en antioxidanten levert voor uitzonderlijke prestaties. Ook kan H³O Pro™ u helpen uw vitaliteit en vochtbalans op peil te houden vóór uw trainingssessie. Doe de inhoud van een zakje in een bidon en voeg water toe om 500ml H³O Pro™ te verkrijgen. Eén portie H³O Pro™ in 500ml water wordt aanbevolen voor ieder uur inspannende training.

Uitzonderlijke voeding

Introduceer, naast de H²O Pro™ tijdens uw training, deze Herbalife® producten in uw uitgebalanceerde en gevarieerde voedingsplan ter ondersteuning van uw gezonde, actieve levensstijl. Deze producten kunnen een positieve toevoeging zijn aan iedere levensstijl ten behoeve van uitgebalanceerde voeding:

Herbalife Kernvoedingsproducten



Herbalife Formula 1 Voedingsshake

is een handige, smakelijke maaltijdvervanger die er voor zorgt dat uw lichaam alles binnenkrijgt dat het dagelijks nodig heeft. Probeer eens een Herbalife Formula 1 shake voordat u gaat sporten om zo een voorraad goede koolhydraten aan te leggen die u tijdens de training niet in de weg zit. En u voedt op deze manier uw lichaam met kernvitaminen, mineralen, proteïne en vezels. Ook verkrijgbaar in sachets per portie.

(Vanille #0141, Chocolade #0142, Aardbeien #0143, Tropisch Fruit #0144, Cappuccino #1171, Cookies & Cream #0146)



Herbalife Formula 2 Multivitamine Complex

levert kernvitaminen en –mineralen en een unieke mix van kruiden om uw dagelijkse voedingsplan aan te vullen en u te helpen 100% van uw vitamine en mineralen ADH te behalen in combinatie met de Herbalife Formula 1.

(#3115)



Herbalife Vezel & Kruidentabletten

is een voedings supplement dat het lichaam helpt bij het uitscheiden van afvalstoffen. Gebruik in combinatie met Formula 1 en Formula 2 ter ondersteuning van uw spijsvertering.

(#3114)



“ Herbalife heeft mij geholpen met het optimaliseren van mijn voedingsstrategie door het leveren van advies over de producten en hoe ik deze het beste kan gebruiken bij mijn intense trainingsarbeid. Ik ben mij altijd al bewust geweest van de voordelen van een gericht voedingsplan, maar nu, met de steun van Herbalife, heb ik de nodige middelen om deze ambitie daadwerkelijk te realiseren. ”

Olly Freeman, triatleet, Engeland



Gerichte ondersteuning van Herbalife...

Fysieke activiteit houdt het trainen van de spieren in en dat kan de spiervezels beschadigen. Proteïne na de training, wat uw sport ook is, helpt bij het herstel van de spieren.

Neem een heerlijke Proteïnereep (Vanille Amandel #0258, Chocolade Pinda #0259, Citroen Limoen #0260) of een Herbalife Formula 1 shake met een gepersonaliseerde hoeveelheid Formula 3 Personalised Protein Powder (#0242) voor een proteïneboost – uw spieren zullen u dankbaar zijn!

Extra steun door antioxidanten...

H²O Pro™ levert u antioxidanten die helpen bij het onderhouden van een gezond immuunsysteem. Antioxidanten kunnen de lichaamscellen helpen beschermen tegen de schadelijke effecten van vrije radicalen die ontstaan als men traint. Vul een gezond, uitgebalanceerd voedingsplan aan met RoseOx* tabletten (#0139) met rozemarijn. Dit is een kruid dat bekend staat om haar goede eigenschappen voor een optimaal welzijn. Schizandra Plus (#0022) is een voedingssupplement dat rijk is aan antioxidanten en bevat de Schizandra Bes, die kan helpen bij het verbeteren van prestaties en kan bijdragen aan fysiek welzijn.

Bescherm de buitenkant...

Tijd, blootstelling aan de zon, vervuiling en onze levensstijl hebben allemaal effect op de conditie van onze huid. Deze verliest geleidelijk vocht en elasticiteit omdat het collageenniveau (de 'bouwstenen' van de huid) vermindert. Skin Activator™ is een geniale huidverzorgingslijn die glucosamine complex bevat om te helpen bij het verhogen van de productie van het natuurlijke collageen in de huid. Er zijn vijf tijdvertragende producten die gericht zijn op de gedeelten van de huid die het meest gevoelig zijn voor veroudering. Het helpt uw huid bij het hydrateren, verzorgen, verstevigen en beschermen.

Skin Activator™ Dag Lotion SPF15 #0862
Skin Activator™ Oogcrème #0863
Skin Activator™ Décolletage Crème #0864
Skin Activator™ Voedende Nachcrème #0865
Skin Activator™ Lipverfijner SPF15 #0866



Voor meer informatie over de Herbalife® producten en de zakelijke mogelijkheid van Herbalife gaat u naar www.herbalife.com.



* Het merk RoseOx is eigendom van Zuellig Botanicals, Inc.

Uw lange termijn
welzijnsplan
begint **vandaag.**

De uitstekende productreeks van Herbalife wordt ondersteund door persoonlijke service en een 30-dagen-geld-terug garantie. Vraag ook naar een productbrochure.

Uw Onafhankelijk Herbalife Distributeur is: