

Zašto Formula 1?

Ono što jedete i pijete opskrbljuje vaše tijelo gorivom za obavljanje svih fizičkih i mentalnih aktivnosti tijekom dana, uključujući disanje i treptanje! Neka hrana, kao što je voće i povrće, daje odlično gorivo s mnogo korisnih hranjivih tvari. Druge vrste hrane tijelu pružaju gorivo loše kvalitete opterećeno nepoželjnim kemikalijama, kao što je slučaj s previše obrađenom hranom koja se jede «s nogu». Koliki postotak onoga što sada jedete osigurava hranu bogatu hranjivim tvarima koja je dobro gorivo? To možete saznati ako tijekom slijedećeg tjedna vodite dnevnik u koji ćete upisati sve što jedete i pijete. Potom analizirajte svoje izvore goriva. Što je bolji vaš izvor goriva, toliko dulji život možete očekivati...

Popiti shake od FORMULE1 isto je kao da ste pojeli



Vitamina A	→	120 gr. sira
Vitamina C	→	100 gr. Kelja na pari
Vitamina D	→	50 gr. tunjevine u konzervi
Vitamina E	→	100 gr. prženog kikirikija
Vitamina B6	→	100 gr. kuhane leće
Vitamina B12	→	2 sirova jaja
Calcija	→	80 gr. sirove tofua
Cinko	→	85 gr. kuhane rakovice
Magnezija	→	200 g. sirove mrkve
Željeza	→	175 g. sirove šifteka
Kalija	→	100 gr. kuhane soje
Bakra	→	1 avkado
Selena	→	90 gr. jetre
Vlakana	→	4 kriške integralnog kruha

...samo 217 kalorija

HERBALIFE

Znate li da je nedavno otkrivena čvrsta povezanost između lošeg doručka i mnogih zdravstvenih problema? Vjerojatno Vam je poznato da se naš organizam sastoji od 100 trilijuna stanica kojima tijekom dana treba **114 različitih nutrijenata**.

"Kad se čovjek probudi, organizam je programiran da traži hranu, a mozgu odmah treba energija. Ako preskočimo doručak ili jedemo premalo, mozak se okreće drugom izvoru goriva ? energiji iz mišića, kojom ujedno uništava mišićno tkivo".

Želimo vam pomoći da preuzmete kontrolu nad svojim zdravljem, optimizirate svoju ishranu i naučite se istinski opustiti – to je formula doživotnog zdravlja.

Super hrana za dobro zdravlje. Nikada više nemojte preskočiti obrok ili jesti na brzinu. Uravnoteženi hranjivi napitak predstavlja savršenu 'brzu harnu' bogatu hranjivim tvarima, znanstveno razvijenu da osigura uravnoteženu količinu proteina, ugljikohidrata, masti, vitamina, minerala i vlakana, kako biste osigurali da vaše tijelo dobiva sve hranjive tvari potrebne za optimalno funkcioniranje. Ukusan, hranjiv obrok u čaši, koji se može pripremiti za nekoliko minuta, uz minimalan trud.

Pogledajte slijedeću sliku. Vrlo jasno ćete vidjeti koliko hranjivih tvari dobijete u jednom shake od Formule 1. Koliko je više zastupljeno hranjivih tvari nego u nekom voću, jogurtu ili mesu. Ne zaboravite, jedan shake ima samo cca. 220 kcal, što je vrlo važno u

računaju kalorija kada ste na programu kontrole težine. Ako se samo zdravo hranite kroz jedan uravnoteženi obrok, tada ste sigurni da ste dobili sve hranjive tvari, ali uz manje muke i potrošenog vremena obilazeći trgovine i spremajući sve što je potrebno kako bi vaš dan počeo na najbolji mogući način.

Zašto Herbalife?

Formula 1 za optimalnu prehranu



Formula 1 shake
+ poluobrano mlijeko=
otprilike 220 kalorija
*Dodajte više voća za još više
vitamina, minerala i vlakana*

- Više **VITAMINA A** nego u mangu
- Više **VITAMINA C** nego u banani
- Više **PROTEINA** nego u 62 g prsa piletine
- Više **VLAKNA** nego u 50g brokula
- Više **KALCIJA** nego u 200g jogurta
- Više **ŽELJEZA** nego u 115g graha

Većina ljudi se navikla na život pun stresa, stalnu jurnjavu, razmišljanje o tome kako izdržati sve što se nakupi u jednom danu, s malo vremena za razmišljanje o tome kako život učiniti lakšim. Jeste li vi takva osoba? Čini li se da vam se život samo 'događa'? **Biste li voljeli promijeniti svoju situaciju?**

Zašto Herbalife?

Najbolja prehrana i najbolja cijena

TIPIČNI DORUČAK	FORMULA 1 JAGODA
 <p>779 kalorija Masti: 41.2g Proteina: 42.8g Soli: 6.5g Trošak: 4.50€**</p> <p>27 kn</p>	 <p>217 kalorija Masti: 1.5g Proteina: 17.6g Soli: n/a Trošak: 2.50€**</p> <p>8-15 kn</p>

ILI

**Informacija se temelji na tipičnoj porciji vodećih prodavača i na prometnim mjestima širom Europe

**Za jednu porciju Formule 1 Jagoda po porciji od 26 grama s 250 ml poluobranog mlijeka (voće nije uključeno).

"Optimalan obrok koji stoji manje od 2.50 €"

I još koristi za dobro općenito zdravstveno stanje:

Ako ste zabrinuti zbog **razine kolesterola** ili vam je vaš liječnik rekao da trebate smanjiti kolesterol, Mješavina za hranjivi shake napitak Formula 1 vam može pomoći. Glavni izvor proteina u Mješavini za hranjivi shake napitak Formula 1 su proteini soje (5,8 g po porciji, kada se pomiješa s 250 ml poluobranog mlijeka). Istraživanja su pokazala da se uključivanjem najmanje 25 g proteina soje u ishranu s malo zasićenim masti može **pomoći u smanjenjem kolesterola u krvi**.