

inspire

ESPAÑA, NÚMERO 150

Today



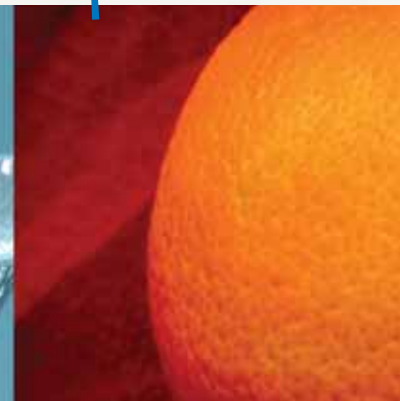
imagina

que estás en tu
mejor momento...

bien alimentado, más saludable, *preparado para todo*

...y para la vida.

¡siente la diferencia!



Cómo llevar un estilo de vida acelerado, de una manera saludable

Una de las cosas más importante en cualquier programa de ejercicios es desarrollar músculos fuertes y masa magra para que puedas sentirte en tu mejor momento. Para ayudarte en el desafío que supone seguir un programa de ejercicios, tu Distribuidor Independiente de Herbalife puede ayudarte a diseñar un programa personalizado de bienestar para que puedas centrarte en tu rendimiento y conseguir tu mayor potencial.



“Me siento con más energía que nunca y después de hacer ejercicio me recupero mucho más rápido”

Tiago Oliveira – Portugal

Fórmula 1 – La elección de una comida saludable

Creado por expertos en nutrición, Fórmula 1 está formulado con ingredientes equilibrados para obtener una comida saludable. Disponible en seis deliciosos sabores, es una manera sencilla y fácil de preparar una comida saludable, nutritiva y equilibrada; creada especialmente para aquellos que aspiran a estar en su mejor momento. Lo único que tienes que hacer es mantenerte comprometido y nosotros te apoyaremos a lo largo del viaje.

- ¿A veces te sientes “saturado” de comida cuando haces ejercicio? Seguir un programa intensivo de ejercicio significa que probablemente preferirás sentirte algo más “ligero” cuando comas antes de hacer ejercicio. Por eso es importante tomar una comida ligera aunque satisfactoria que no te haga sentir hinchado.
- Preparar una comida rica en proteínas ¿te resulta un fastidio y te quita demasiado tiempo? Las proteínas son importantes para desarrollar la masa muscular magra y una comida saludable y altamente proteica rápida de preparar es algo imprescindible para las personas con una mentalidad saludable.
- ¿Estás proporcionando a tu cuerpo comidas ricas en nutrientes y proteínas para ayudar a reducir el tiempo de recuperación? Un entrenamiento energético hace que aumente el estrés sobre el organismo, haciendo que la recuperación posterior al ejercicio sea un momento crítico para comenzar el proceso de reparación de las fibras musculares dañadas y reponer los nutrientes esenciales perdidos durante el ejercicio. Es importante recuperar el organismo con una comida repleta de nutrientes y con un elevado contenido de proteínas.

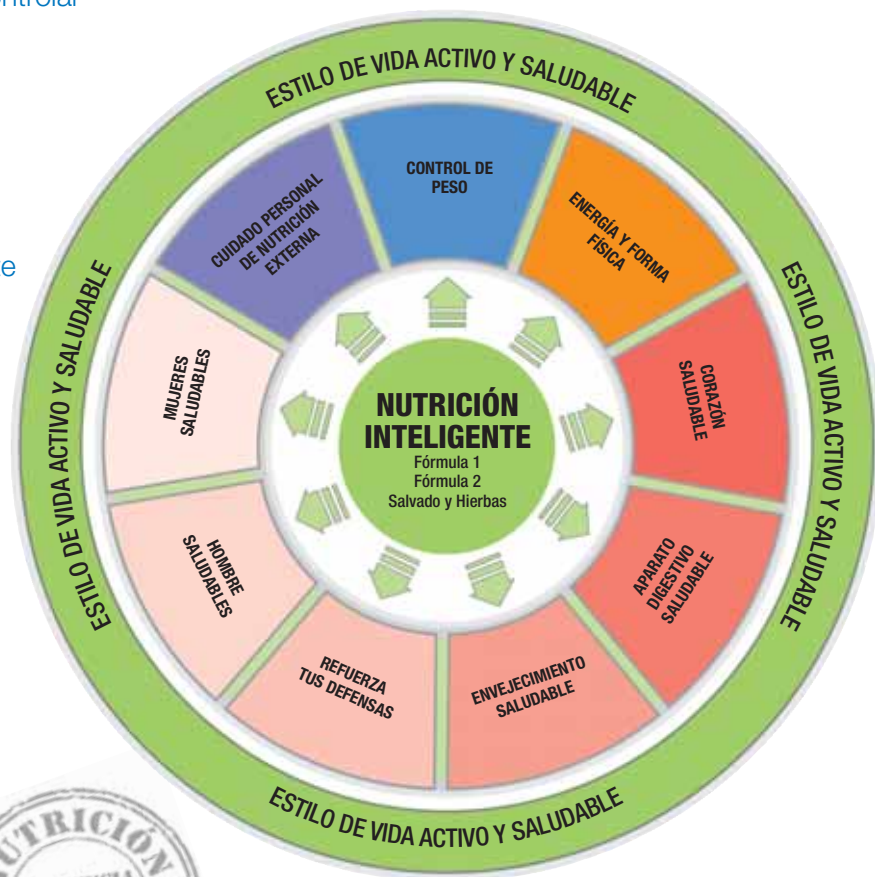


Fórmula 1 : hechos probados

- Menos de 220 calorías para ayudarte a controlar tu ingesta de calorías.*
- Alto contenido en vitaminas y minerales esenciales para ayudarte a consumir tu Cantidad Diaria Recomendada.
- Alto contenido natural en fibra para ayudarte a realizar una digestión saludable.
- Alto contenido en proteínas para ayudarte a desarrollar masa muscular magra como parte del programa de ejercicios.

Usado junto con el Complemento Multivitamínico Fórmula 2 y Salvado y Hierbas, ayuda a obtener el 100% de las vitaminas y minerales clave y a mantener un sistema digestivo saludable.

* cuando se prepara con 250ml de leche semidesnatada.



Nutrición inteligente para todos: Fórmula 1 Sustitutivo de una Comida y Alimento Completo para controlar el peso y obtener una nutrición saludable, Fórmula 2 Complemento Multivitamínico y Salvado y Hierbas. Este magnífico trío proporciona niveles equilibrados diarios de vitaminas, minerales, carbohidratos buenos, proteínas vegetales, grasas saludables, fibras beneficiosas, hierbas y antioxidantes. Estos productos estrella son la base de un programa de ejercicio exitoso, ¡nada más lo hará!

Fórmula 1 está disponible en seis deliciosos sabores:

Vainilla	#0141
Chocolate	#0142
Fresa	#0143
Fruta Tropical	#0144
Cappuccino	#1171
Cookies & Cream	#0146
Fórmula 2 Complemento Multivitamínico	#3122
Salvado y Hierbas	#3114

¡NUEVO!

Sobres Fórmula 1 ya disponibles: cómodos sobres individuales monodosis, disponibles en dos sabores: Vainilla #2654 o Cookies & Cream #2658.



¡siente la diferencia!

Para mantener un organismo en forma, necesitarás la mejor nutrición posible...

Selecciona los productos que están fuera del núcleo de la rueda de la nutrición inteligente de soluciones objetivas. Los productos están diseñados para satisfacer tus necesidades específicas de bienestar.

RoseOx* – Un aporte extra de antioxidantes

Incluso con una dieta equilibrada, el soporte antioxidante adicional podría resultar altamente beneficioso. Sin un aporte adecuado de antioxidantes, los radicales libres causan daños celulares que pueden llevar a enfermedades y envejecimiento. La fórmula antioxidante de RoseOx* a base de romero, hortalizas crucíferas y hierbas, ayuda a tus células a combatir los radicales libres.

RoseOx* #0139

Fórmula 3 Suplemento de Proteínas Personalizado– ¿Quieres disminuir, aumentar o controlar tu peso?

Las proteínas te ayudan a moldear tu cuerpo y a alcanzar tu peso ideal. Las proteínas te ayudan a sentirte lleno durante más tiempo, y cuando aumentas la masa muscular a través del ejercicio, tu metabolismo también aumenta, lo que significa que quemas más calorías en estado de reposo; resulta magnífico para conseguir menos grasa

corporal y más masa muscular magra. Añade una cantidad personalizada de este producto proteínico de suero y soja libre de grasas y de gran calidad a tu programa diario de ejercicio y verás la diferencia.

Suplemento de Proteínas Personalizado #0242



Refresca tu piel

Introduce estos productos en tu bolsa de deporte para refrescar y nutrir tu piel.

Radiant C™

Limpia y refresca tu piel con la gama de cuidado facial Radiant C™. El Refrescante Facial refresca la piel sedienta de forma instantánea, sólo tienes que pulverizarlo sobre el rostro durante y después de las sesiones de ejercicio para disfrutar de una refrescante sensación de forma instantánea.

- Radiant C™ Refrescante Facial #2997
- Loción Corporal y de Manos FPS 15 #0445

Herbal Aloe

Limpia, alivia y refresca la piel cansada gracias a las propiedades hidratantes del aloe vera que podrás encontrar en toda la gama de productos Herbalife® Herbal Aloe.

- Gel de Baño Suavizante Corporal Herbal Aloe #0493
- Gel Hidratante Herbal Aloe #0379
- Champú y Acondicionador Herbal Aloe #0457, Acondicionador #0458

NouriFusion®

La piel necesita protección ante los perjudiciales radicales libres provocados por la contaminación y por el ejercicio. El cuerpo utiliza el sudor para eliminar toxinas, pero las células epiteliales pueden acumularlas haciendo que la piel tenga un aspecto cansado y apagado. Reaviva y refresca tu piel con la gama de productos faciales NouriFusion® que ofrece los beneficios protectores de las vitaminas antioxidantes A, C y E. Limpia, tonifica e hidrata tu piel todos los días para mantenerla limpia y fresca. Exfoliarte el cutis una vez a la semana para obtener una piel brillante y renovada y refresca el contorno de los ojos con una solución objetiva.

- NouriFusion® Exfoliante #2521
- NouriFusion® Mascarilla Purificante #2519
- NouriFusion® Mascarilla Hidratante SPF15 #2520
- NouriFusion® Gel Contorno de Ojos #2518
- NouriFusion® Crema Contorno de Ojos #2517



* El nombre RoseOx es propiedad de Zuellig Botanicals Inc.

¡Tu plan de bienestar duradero empieza HOY!

La magnífica gama de productos Herbalife de nutrición científicamente avanzada, de control de peso y de cuidado personal está respaldada por un servicio personalizado y por una garantía de devolución del dinero de 30 días a partir de la compra. Pide un Folleto de Productos.

Tu Distribuidor Independiente de Herbalife es:

Edición 150 – Encarte
Spanish
#5921-SP-50