

Harmonie těla

Průvodce
doplňky
stravy



PROČ UŽÍVAT DOPLŇKY STRAVY?

V ideálním světě by nám vyvážená strava a zdravý životní styl poskytly všechny živiny potřebné k tomu, abychom prospívali. Realita moderního života však často zanechá mezery v našem příjmu živin. Rychlost života, dny, kdy si dopřejeme, a plný diář nás někdy mohou svést z cesty optimální pohody. V tu chvíli přijdou na scénu doplňky stravy. Nejsou náhražkou plnohodnotné stravy, jsou spíše společníkem na cestě za celkovým zdravým životem.

Jana

živin

OBSAH

*Aminowise
Balance Complete
Bloom Collagen
BLM
Comfortone
Detoxzyme
Digest & Cleanse
Essentialzyme
Essentialzyme 4
Goleden Turmeric
Green Omega 3
ICP
IlluminEyes
Inner Defense
JuwaPower
Longevity
Kidscents MightyPro
Kidscents
MightyZyme
Life 9
Master Formula
MegaCal
Multigreens*

26



OBSAH

Ningxia Red

Olive Essentials

Slique Essence

Super B

Super C

Super Cal

Super Vitamin D

Sulfurzyme

***Rejstřík dle
zaměření***

Imunita

Děti

Zažívání

*Sport a pohybový
aparát*

*Krása - kůže, vlasy,
nehty*

Recenze



AMINOWISE

je komplex aminokyselin s rozvětveným řetězcem, který se používá během nebo po cvičení. Je ochucený esenciálními oleji z citrónu a limetky a obsahuje prášek z kustovnice čínské.

Obsahuje tři základní aminokyseliny s rozvětveným řetězcem:



VALIN – pomáhá stimulovat růst a regeneraci svalů a podílí se na produkci energie

LEUCIN - je zásadní aminokyselina pro syntézu bílkovin a opravu svalů. Pomáhá regulovat hladinu cukru v krvi. Stimuluje hojení ran a produkuje růstové hormony.

IZOLEUCIN - podílí se na svalovém metabolismu a je silně koncentrován ve svalové tkáni. Je důležitý pro imunitní funkce, produkci hemoglobinu a regulaci energie.

Dávkování:

Smíchejte dvě lžičky s 250 ml vody a užívejte během nebo po cvičení. Pomáhá doplnit potřebné látky, které tělo vyloučí během fyzické námahy.

BALANCE COMPLETE

Balance Complete je doplněk stravy, který díky svému unikátnímu složení má komplexní účinek na tělo.

Pomáhá štěpit tuky a odplavovat toxiny, zvyšuje absorpci živin, stabilizuje hladinu cholesterolu a má dokonce prospěšný vliv na zdraví srdce. A s 11 gramy vlákniny v každé dávce je skvělým spojencem pro správné trávení a mikroflóru.

Snadno použitelný na cestách.



Obsahuje:

Obsahuje vysoce kvalitní bílkoviny (11 g na porci) a vlákninu (10 g na porci), prášek z kustovnice Ningxia, polyfenoly a polysacharidy, olej Orange+, vitamíny C, D, B1, B2, B5, B6, B12, kyselinu listovou a minerály vázané na kvasinky.

Neobsahuje umělá barviva.

Dávkování:

Přidej si 2 odměrky Balance Complete do smoothie nebo jej smíchej s vodou či m mlékem, můj tip je mandlové či kokosové.



BLOOM COLLAGEN

má sladko-kyselou chuť, chutná jako ovocné bonbóny a prodává se jako 10denní kúra, kterou v případě potřeby můžete protáhnout.

Kolagen je významná, ve vodě rozpustná bílkovina, která se nachází napříč celým tělem. Jeho funkcí je zpomalení stárnutí, protože zvyšuje elasticitu a pevnost kůže, cév, chrupavek, šlach, svalů...od 25 roku dochází k jeho úbytku a v 50 je hladina kolagenu poloviční. Proto je dobrá zpráva, že ho lze doplnit a zpomalit stárnutí!

Obsahuje:

10.000mg hydrolizovaného mořského kolagenu v jedné lahvičce, je doplněn o vitamíny B6, B2, biotin, zinek a železo, šťávu z jableček, extrakt ze zeleného čaje, prášek z červené řepy, vitamín E, koenzym Q10 a pro maximální vstřebatelnost i esenciální oleje z grapefruitu, citronu a limetky.

Dávkování:

Vypijte jednu lahvičku denně. Před použitím řádně protřepejte.



BLM je směs kolagenu typu 2 (hovězí kolagen) a MSM (aktivní síra) a díky tomuto složení je dokonalým doplňkem pro kosti a klouby. MSM je organická síra, která se přirozeně vyskytuje v ovoci, zelenině, obilí a mléce. Síra je čtvrtým nejhojnějším doplňkem v těle. Je vyžadována při mnoha tělesných funkcích a při obnově zdravé tkáně. Síra také pomáhá detoxikovat těžké kovy z těla a napomáhá zdravým funkcím jater. Vyskytuje se v mnoha přírodních, nezpracovaných potravinách, během procesu vaření se rychle ztrácí. Proto se doporučuje tuto látku doplňovat pomocí doplňků stravy.

Pomáhá při:

- Osteoartróze a bolesti kloubů
- Účinná léčba syndromu propustného střeva
- Užívání produktu obsahující MSM před cvičením může snižovat poškození svalů.
- Z hlediska psychického stresu byla síra studována jako stabilizátor nálady, který uvolňuje nervový systém.

Dávkování:

Užívejte 1 kapsli 3krát denně.

COMFORTONE

Tento doplněk kombinuje bylinky a esenciální oleje, které pomáhají odstraňovat odpad z tlustého střeva a umožňují mu optimálně fungovat. Podporuje konzistentní a snadné pohyby střev, které mohou zmírnit hemoroidy, nadýmání a další příznaky zácpy. Obsahuje bylinky a esenciální oleje, které prokazatelně zklidňují tlusté střevo. Tohle vše působí jako magnety na toxiny a následně všechny binec odvádějí z těla ven.



Obsahuje:

Fenyklová semínka, slupky jitrocele, prášek z kořene lopuchu, prášek z hlavičky česneku, prášek z kořene třapatky, rýžové otruby, výtažek z kořene rebarbory, prášek z kůry ločidla, kůra z řešetláku, výtažek z kůry kořene dříví. Olej z pryskyřice kopaivy, olej z kořene zázvoru, olej z kůry mandarinky, olej ze semínek anýzu, olej z nadzemních částí máty peprné, olej z nadzemních částí rozmarýnu, olej z květů heřmánku pravého.

Dávkování:

1 kapsli 3-4x denně a pro dosažení těch nejlepších výsledků vypijte během (jednoho) dne alespoň 2l vody.

S čím kombinovat:

ESSENTIALZYME, ICP, JUVATONE Di-Gize, JuvaFlex, Purification, Release, Thieves

Neužívejte COMFORTONE a JUVATONE najednou, ale vždy s minimálně hodinovým odstupem.



DETOXZYME

Podporuje zažívání a urychluje metabolismus, je vhodný při střevních virózách, žaludečních neurózách a problémech s trávením. Příznivě působí na játra a je vhodným doplňkem při detoxikaci organismu. Pomáhá udržovat trávicí trakt v rovnováze a tím přispívá k homeostáze. Posiluje odolnost organismu vůči podráždění vnějšími podněty. Podporuje imunitní systém. Přispívá ke zdraví jater, střev, žaludku, žlučníku a sleziny. Příznivě ovlivňuje střevní mikrobiom.

Obsahuje:

Kombinuje několik enzymů a je vhodný pro vegetariány i pro lidi s keto dietou, olej ze semínek kmínu římského, olej ze semínek anýzu, olej ze semínek fenyklu.

Dávkování:

Užívejte 1 kapsli 3krát denně mezi jídly nebo podle potřeby.

DIGEST & CLEANSE

Podporuje zdravé trávení. Stres, přejídání a příležitostně nezdravé jídlo mohou podráždit zažívací systém a narušit přirozené trávicí funkce těla. Doplněk stravy Digest & Cleanse obsahuje esenciální oleje, jako je olej z máty peprné a kmínu kořeného, které se používají po staletí na vypořádání se s příležitostnými žaludečními nevolnostmi. Esenciální olej ze zázvoru, fenyklu a anýzu jsou top na zažívání. Je vhodný k zahájení očištné kůry, doplnění k detoxu.



Obsahuje:

olej z listů máty peprné, kokosový olej, olej z plodů kmínu kořeného, olej z plodů kokosovníku, olej z kůry citronu, olej z kořene zázvoru, olej ze semínek fenyklu, olej ze semínek anýzu.

Dávkování:

1 želatínovou kapsli 1–3x denně s vodou 30–60 minut před jídlem.

Vhodné kombinovat:

NingXia Red, Balance Complete, Longevity.

ESSENTIALZYME

Essentialzyme je vysoce kvalitní komplex enzymů, který zlepšuje a podporuje trávení a vylučování toxického odpadu z těla ven. Vhodný pro ty, kteří mají problémy vstřebávat živiny z potravy do těla, při zánětech slinivky břišní, problémy se žlučníkem, intolerance a různé neduhy se zažíváním.

Obsahuje:

Nerozpustnou vlákninu, fosfát vápníku, pankrealipáza - enzym štěpící tuky, škroby, bílkoviny, trypsin - aminokyseliny, betain - trávení tuků, bílkovin, bromelin - štěpí bílkoviny, prášek z tymiánového listu, mrkvový prášek, prášek z alfa výhonků a listů, papain, peptidáza - vstřebání aminokyselin, vitamin B2, prášek z kmínového semínka, esenciální oleje anýz, fenykl, máta, estragon, hřebíček.

Dávkování:

Pro dosažení nejlepších výsledků užívejte 1 tobolku 1 hodinu před vaším největším jídlem dne.

Nepodávejte tento produkt dětem mladším 6 let až na případy, kdy jsou pod lékařským dohledem.



ESSENTIALZYME 4

Essentialzymes-4 je multispektrální komplex enzymů, který kombinuje čisté esenciální oleje, bylinky a speciálně vybrané enzymy, aby vám pomohl správně rozštěpit a trávit tuky, bílkoviny, vlákninu a sacharidy.

Dnešní moderní stravování zahrnuje až moc tuků a cukrů a tělo je neumí zpracovat. Tyto kapsle využívají technologii postupného uvolňování. Enzym na rostlinné bázi se uvolňuje ihned po vstupu do žaludku, jehož pH prostředí je obecně kyselejší. Enzym na živočišné bázi je vytvořený tak, aby se uvolnil později v oblasti tenkého střeva, jehož prostředí je zásaditější. To zajistí správnou absorpci klíčových živin a aminokyselin.

Obsahuje:

olej z plodů anýzu, olej z kořene zázvoru, olej z listů rozmarýnu, olej z listů pelyňku, olej ze semen fenyklu

Jak používat:

2 kapsle v řadě plata, 1-2x denně s větším jídlem.



GOLDEN TURMERIC

Golden Turmeric je nápoj s příchutí manga a růže, který obsahuje vlákninu z tapioky. Tato prebiotická složka je ideální stravou pro náš mikrobiom.

Kurkuma je známá jako koření (součást kari) a barvivo. Její hlavní aktivní složka je kurkumin. Díky svým mnoha prospěšným účinkům ji také řadíme mezi superpotraviny a je po staletí používána v tradičních indických (Ayurveda) a čínských léčích. Kurkuma je přirozené protizánětlivé koření, které přímo napadá rakovinotvorné volné radikály těla.

Kurkuma podporuje tělo v boji proti zánětům, brání hromadění tuků a usnadňuje štěpení zásobních tuků v játrech, příznivě působí na krevetvorbu a na kvalitu krve podporuje srdeční funkci a krevní oběh, pomáhá udržovat nervovou funkci a duševní rovnováhu, posiluje odolnost organismu vůči podráždění vnějšími podněty, podporuje imunitní systém a je silným antioxidantem, přispívá ke zdraví plic a dýchacích cest, příznivě ovlivňuje stav kůže, působí proti alergiím, snižuje množství histaminu uvolněného z vlastních buněk.

Obsahuje:

Rozpustnou vlákninu z tapioky, výtažek z oddenků kurkumy, výtažek z pryskyřice kadidlovníku, přírodní příchut' manga, výtažek z kořene zázvoru, přírodní příchut' růže marocké a olej z kůry limetky

Dávkování:

Jednou denně rozmíchejte ½ lžičky v 170–230 ml vody, džusu, nebo mléka dle vlastního výběru.

Doporučení:

Do nápoje přidat 1 kapku esenciálního oleje Black Pepper+, který díky obsahu piperinu, zvyšuje vstřebatelnost kurkuminu.



GREEN OMEGA 3

Omega-3 mastné kyseliny se řadí mezi esenciální živiny, což znamená, že lidské tělo si je nedokáže samo vytvořit, proto tyto mastné kyseliny musí být získávány ze stravy.

Na co jsou dobré?

- *posilují zdraví srdce - zajišťují normální činnost srdce a snižují riziko infarktu*
- *podílí se podstatnou měrou na celkovém kardiovaskulárním zdraví, snižují krevní tlak, jsou důležité pro zdraví cév,*
- *zlepšují hladinu cholesterolu a snižují zvýšené hladiny krevních triglyceridů, zabraňují krevním sraženinám, kromě prevence infarktu snižují riziko mozkové mrtvice*
- *dokáží redukovat tuky v játrech a tím předcházet onemocnění jater*
- *podporují myšlení a paměť – jsou nezastupitelné pro normální vývoj a činnost mozku, pomáhají v boji s úzkostmi a depresemi, pomáhají snižovat ztrátu paměti u seniorů a poškození kognitivních funkcí*
- *přispívají k normální funkci imunitního systému – imunitu posilují*
- *regulují záněty - působí protizánětlivě – pomáhají u těchto autoimunitních onemocnění: Crohnova choroba, Revmatoidní artritida, Lupénka, Roztroušená skleróza;*

Obsahují:

Green Omega3 používají jako zdroj mastných kyselin řasy (EPA a DHA) a lněné semínko (ALA-kyselina alfa-linolenová), proto nezanechávají rybí chuť.

Dávkování:

Doporučená denní dávka jsou dvě tobolky. Skladují se v lednici.



ICP

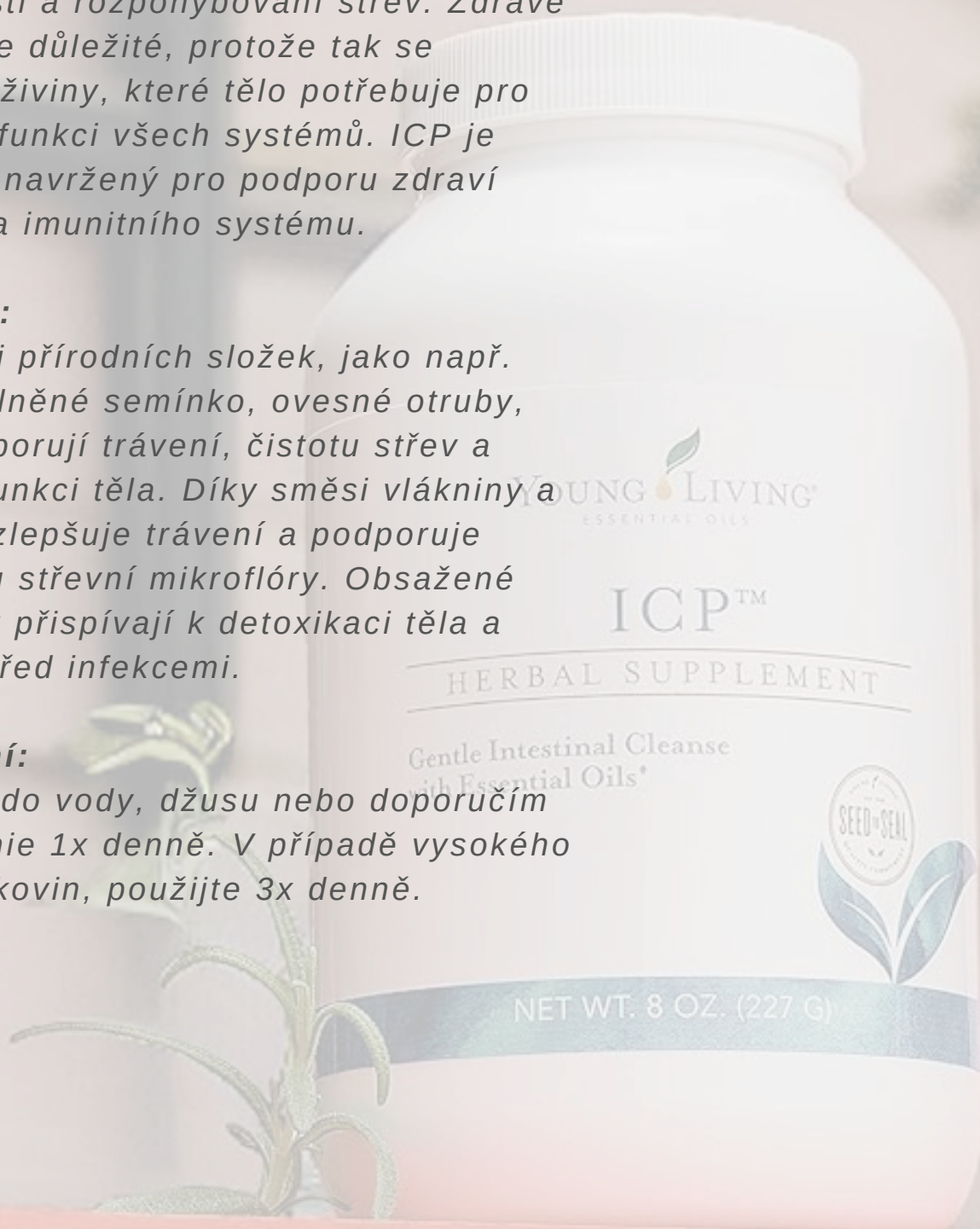
ICP je čistička střev se směsí vlákniny, která důkladně vyčistí usazeniny, pomáhá u plynatosti a rozpohybování střev. Zdravé zažívání je důležité, protože tak se absorbují živiny, které tělo potřebuje pro správnou funkci všech systémů. ICP je speciálně navržený pro podporu zdraví trávicího a imunitního systému.

Obsahuje:

Kombinaci přírodních složek, jako např. Psyllium, lněné semínko, ovesné otruby, které podporují trávení, čistotu střev a imunitní funkci těla. Díky směsi vlákniny a probiotik zlepšuje trávení a podporuje rovnováhu střevní mikroflóry. Obsažené byliny pak přispívají k detoxikaci těla a ochraně před infekcemi.

Dávkování:

2PL lžíce do vody, džusu nebo doporučím do smoothie 1x denně. V případě vysokého příjmu bílkovin, použijte 3x denně.



ILLUMINEYES

Je hotový zázrak na podoru zraku. Obsahuje Lutein a vitamín A - oba jsou to vitamíny velice důležité pro oči. Vitamin E na ochranu buněk před oxidačním stresem. Dále pak Zeaxantin, ten se přirozeně nachází v ovoci, obilí, paprice, zelí, šafránu, vaječném žloutku. Bohatým zdrojem zeaxanthinu je spirulina. Patří rovněž mezi karotenoidy.

Co jsou to karotenoidy?

Je to skupina látek, která má na svědomí nejen zbarvení různých druhů zeleniny a ovoce (od červené až po žlutou), ale hlavně velmi dobře ovlivňuje naše tělo, protože jako antioxidanty mají schopnost vázat a tedy ničit volné kyslíkové radikály a chránit před nimi buňky našeho těla.

Obsahuje:

Prášek z plodů kustovnice, výtažek z květů měsíčku, koncentrát z fialové mrkve, výtažek z malpígie lysé, D-alfa tokoferol, betakaroten.

Dávkování:

Užívejte 1 kapsli denně s jídlem.





INNER DEFENSE

Jsou měkké želatinové tobolky, které obsahují směs na podporu imunity. Díky svému složení přispívají k ochraně buněk, neutralizují škodlivé volné radikály a tím chrání buňky. Ideální kombinovat s probiotiky Life 9.

Obsahuje:

V tobolkách najdeme esenciální oleje Organo, Tymián a patentovanou směs Thieves, ve které najdeme hřebíček - antiseptické a anestetické a protiparazetické účinky, citron - pomáhá zvýšit imunitu, podporuje krevní oběh a lymfatickou tvorbu, kůra skořice - desinfekční a antibakteriální účinky, eukalyptus úzkolistý - protiinfekční a antivirové vlastnosti, rozmarýn má antimikrobiální vlastnosti

Dávkování:

Užívejte 1 měkkou želatinovou kapsli denně (dopoledne), nebo podle potřeby například při nachlazení až 5krát během dne.

Během těhotenství a kojení se doporučuje předem poradit s lékařem.

JUVA POWER

JuvaPower je rostlinný potravinový komplex v prášku se silnou antioxidační potencí, který váže kyseliny. Obsahuje složky, které účinně podporují játra a čistí vnitřní orgány. Tento doplněk stravy je vhodný užívat každý den, čistý tlusté střevo a játra. JuvaPower je rostlinný komplex ve formě prášku, silný antioxidant, který podporuje správný trávicí proces.



Obsahuje:

Rýžové otruby, listy špenátu, rajčata, kořen řepy, lněné otruby, ovesné otruby, stonek a květ brokolice, plody okurky, semeno kopru, ječné klíčky, kořen a oddenek zázvoru, kůra jilmu červeného, L-aurin, slupky semen jitrocele indického (Psyllium), semeno anýzu, semeno fenyklu, výtažek z listů aloe vera, listy máty, semeno anýzu, semeno fenyklu.

Dávkování:

Pro dosažení nejlepších účinků užívejte JuvaPower třikrát denně. Nasypte 7,5g (1 polévková lžíce) na jídlo, například na brambory, salát, vejce) nebo do 250ml vody / mléka a vypijte.

Vhodné kombinovat:

Essentialzyme, Detoxzyme, Essentialzyme-4, MegaCal, SuperCal, oleje JuvaFlex, JuvaCleanse, GLF



LONGEVITY

Longevity je jeden z nejúčinnějších antioxidantů na trhu pro každodenní použití s patentovanou směsí esenciálních olejů, který je vytvořený tak, aby vám pomohl udržet moderní životní styl. Pyšní se ORAC skórem 150 000 a obsahuje sedmkrát vyšší antioxidační sílu než mrkev. Každá měkká želatinová kapsle obsahuje účinnou směs oleje z pomeranče, tymiánu, hřebíčku a kadidlovníku. Díky tomuto složení je snadné užívat esenciální oleje vnitřně bez potíží s odměřováním, mícháním a chutí po požití.

Obsahuje:

Kokosový olej, olej z listů tymiánu, olej z kůry pomeranče, olej z pupkat hřebíčku, olej z pryskyřice kadidlovníku.

Dávkování:

Užívejte 1 měkkou želatinovou kapsli denně s jídlem nebo podle potřeby.

Vhodné kombinovat:

NingXia Red, OmegaGize, olej Thieves, Longevity olej, Brain Power, Clarity

KIDSCENTS® MIGHTYPRO

Probiotika pro děti od dvou let.

Obsahují více než 8 miliard živých kultur. Chutnají skvěle, trochu jako "vitacit". Podání je jednoduché, nasypeš přímo z pytlíčku do pusinky. Klidně ale můžeš přidat do svačinky nebo nápoje. Jedno balení obsahuje 30 pytlíčků. Skvělá forma balení například na cestách - ať už vedou kamkoliv.

Obsahují:

Lactobacillus paracasei, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus rhamnosus, prášek z kustovnice, Lactobacillus plantarum, Streptococcus thermophilus, Bifidobacterium infantis

Dávkování: 1x denně - nejlépe na lačno.

Při užívání ATB, při jakékoliv nemoci, oslabené imunitě doporučuji nasadit vždy probiotika. Nebojte se brát probiotika dlouhodobě nebo dělat pravidelné 3měsíční kůry.





KIDSCENTS® MIGHTYZYME

Mightyzyme je přírodní doplněk stravy, který zabraňuje snižování počtu enzymů v těle a obnovuje jejich zásoby. Enzymy nejsou potřebné pouze pro správné trávení, ale jsou také základním prvkem vývoje mozku, podporují kognitivní funkce, soustředění a bdělost u dětí.

Mightyzyme žvýkácí tablety jsou perfektní pro aktivní děti od 6 let.

Obsahuje:

extrakt z listů kari, extrakt z plodů guavy, extrakt z citronové kůry, extrakt z listů sesbanie, extrakt z listů amla, extrakt z nadzemních částí bazalky posvátné, extrakt ze semen annatto, prášek ze šťávy z řepy, prášek z pomerančové ovocné šťávy, prášek z jahodové šťávy, flavonoidy z mandarinky, prášek z brokolicových klíčků, přírodní sladidlo, kyselinu jablečnou, extrakt z listů stévie, éterické oleje, výtažek z ananasu, extrakt z mrkve.

Dávkování:

Užívá se 1 tableta 3x denně před jídlem. Dětem ve věku 3-6 let podejte polovinu tablety a rozdrťte. Podle potřeby ji lze rozmačkat do pyré nebo jogurtu, abyste zajistili, že bude při konzumaci měkká.



LIFE 9

jsou probiotika, která pomáhají starat se o náš mikrobiom. Střevní mikroflóra je u každého z nás jedinečná a odráží se na ní všechny vlivy, kterým jsme během života vystavováni (např. léky, nezdravé potraviny, chemické látky nebo stabilizátory). Stav našich střev přímo ovlivňuje mnoho aspektů našeho zdraví (naši náladu, kvalitu spánku, trávení a imunitu, a další).

Obsahují 17 miliard živých kultur a 9 kmenových bakterií:

Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium lactis, Lactobacillus rhamnosus, Streptococcus thermophilus, Bifidobacterium longum, Bifidobacterium breve, Lactobacillus salivarius, Lactobacillus plantarum, Bifidobacterium bifidum

Dávkování:

1 tableta ráno na lačno (při citlivém zažívání po jídle). Mohou se brát dlouhodobě nebo si můžete dělat pravidelné 3měsíční kůry. Skladují se v lednici.

MASTER FORMULA

Master Formula je komplexní každodenní balení multivitaminů. Tři druhy kapslí obsahují živiny z 55 různých přírodních rostlinných zdrojů, a najdete zde všechny důležité vitamíny a minerály. Tyto složky společně poskytují vysoce kvalitní, synergickou směs na podporu vašeho těla.

Obsahuje:

V kapsli se nachází bazalka posvátná, vitamin B, hořčík, zinek, železo, selen, biotin, mangan, spirulina, mladý ječmen, kyselina listová, vitamin B12, citrátové bioflavonidy.

Kapsle s tekutými vitamíny obsahuje např. vitamin E , vitamin K, olej z kořene kurkumy, olej ze semínek kardamomu, olej z poupat hřebíčku, olej ze semínek fenyklu, olej z kořene zázvoru, vitamin A, vitamin D3.

Ještě zde najdete Fyto tabletu, ve které najdete např. Vitamin C, vápník a směs ovoce, zeleniny a bylin.

Například na cesty je to perfektní doplněk stravy!

Dávkování:

1 balení, obsahující 1 kapsli s tekutými vitamíny, 1 tabletu a 2 kapsle, každý den po jídle.

Nedoporučuje se v těhotenství a při kojení.



MEGACAL

Dokonalé spojení vápníku a hořčíku. Vápník představuje důležitý minerál, který udržuje optimální činnost nervů, svalů, krevní srážlivosti a celkové energie v těle.

Nejčastěji si jej spojujeme s pevnými kostmi a zuby. Je však důležitý i pro správný srdeční rytmus, pomáhá normální svalové kontrakci a je velmi důležitý při srážení krve.

Hořčík přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání, ke správnému energetickému metabolismu, k normální činnosti nervové soustavy, podporuje správnou činnost svalů a správnou syntézu bílkovin, přispívá k normální psychické činnosti, podporuje udržení normálního stavu kostí a zubů. Také se podílí na procesu dělení buněk.

Obsahuje:

Uhličitán hořečnatý, uhličitán vápenatý, síran hořečnatý, glycerofosforečnan vápenatý, olej z kůry limetky, olej z kůry citronu, vitamín C, glukonát zinečnatý. Neobsahuje žádné geneticky modifikované složky!

Dávkování:

Užívejte 1 hodinu po jídle nebo užití léků. Případně užívejte 1 hodinu před spaním – rozmíchejte 1 odměrku (5 g) v 250 ml vody nebo džusu. Nepřekračujte 3 porce denně.



MULTIGREENS

Je to takový salát v kapslích. Obsahuje mladý ječmen, klíčky vojtěšky, spirulinu a čepelatku z Pacifiku. Čepelatka je chaluha bohatá na draslík, vápník a hořčík.

Účinky spiruliny

Spirulina je známá pro své antioxidační či protizánětlivé účinky. Podporuje imunitní a kardiovaskulární systém, a pomáhá také s regulací hladiny glukózy v krvi, cholesterolu či krevního tlaku. Mezi další prokázané účinky spiruliny se řadí:

- *pomáhá s vázáním a tím odbouráváním těžkých kovů,*
- *zmírňuje příznaky alergií,*
- *pomáhá zmírnit symptomy PMS,*
- *zmírňuje příznaky chudokrevnosti,*
- *bojuje proti kvasinkovým infekcím,*
- *může podpořit zvýšení vytrvalosti a svalové síly.*

Dále obsahuje:

esenciální oleje rozmarýn, meduňku, citron a citronovou trávu.

Dávkování:

Užívejte 3 kapsle 1krát denně.



NINGXIA RED

Jedná se o sladkokyselý nápoj ze super ovoce, který obsahuje pyré z Ningxia kustovnice čínské. Je to skvělý zdroj vitamínů, minerálů, antioxidantů a živin, které tělo potřebuje k tomu, aby si vybudovalo skálopevnou imunitu, mělo správnou hladinu cukru v krvi, energii, podporuje zdravý zrak, optimální funkci ledvin a obranyschopnost proti volným radikálům, nakopává imunitu a dokonce zahání chuť na sladké! Je to vynikající zdroj živin, který dodává tělu energii bez škodlivých stimulačních látek. Má také velmi nízký glykemický index 11, který nezvyšuje hladinu cukru v krvi.



Ningxia Red mohou pít děti již od 6 měsíců věku.

Obsahuje:

*kustovnice čínská, ovoce - borůvky, černý rybíz, švestky, třešně, granátové jablko, esenciální oleje: yuzu, orange, tangerine
Je bohatá na kyselinu elagovou, polyfenoly, flavonoidy, obsahuje 18 aminokyselin, 21 minerálů, beta-karoten a vitaminy B1, B2 (riboflavin), B6 a E, C, železo, protein,*

Dávkování:

Pijte 60 ml 2krát denně. Před použitím řádně protřepejte. Podávejte chlazené.

Tipy jak si Ningxiu vychutnat:

Vmíchejte NingXia Red do vašeho smoothie nebo si vychutnejte osvěžující kombinaci s proseccem. Přimíchat můžete i olej Redshot či jiný olej z pluskové řady.



OLIVE ESSENTIALS

Je vyroben ze španělských oliv a proto obsahuje hydroxytyrosol - silný antioxidant. Každá kapsle ho obsahuje stejně jako litr extra panenského olivového oleje. Olivy obsahují nejen prospěšné esenciální mastné kyseliny, ale i trojici polyfenolů s výraznými pozitivními účinky na zdraví.

Benefity:

- *Antioxidant*
- *Podporuje přirozenou obranyschopnost*
- *Pomáhá udržet normální krevní tlak*
- *Přispívá k normální hladině cukru v krvi*
- *Podporuje normální funkce dýchacího systému*
- *Přispívá k normální funkci ledvin a močových cest*
- *Napomáhá normální činnosti trávicího systému*

Obsahuje:

Esenciální olej Rosemary, který chrání játra a žlučník.

Dávkování:

Užívejte 1 kapsli denně s jídlem.

SLIQUE ESSENCE

obsahuje kombinaci esenciálních olejů, které pomáhají s trávením a neodolatelnými chutěmi na sladké. Díky oleji Ocotea, který dodává směsi neodolatelnou vůni podobnou skořici, pomáhá kontrolovat hlad, zatímco stévie dodává zcela přírodní sladidlo, které poskytuje příjemnou chuť bez přidaných kalorií.

- *Může pomoci s trávením*
- *Pomáhá potlačit hlad*
- *Podporuje cíle zdravé regulace hmotnosti*



Obsahuje:

Olej z kůry grapefruitu, olej z kůry mandarinky, výtažek z listů máty klasnaté, olej z kůry citronu, olej z listů obaleně, výtažek z listů stévie

Dávkování:

Před použitím důkladně protřepejte. Přidejte 2–4 kapky do 250ml vašeho oblíbeného nápoje, čaje Slique nebo vody.

Používejte mezi jídly a během jídla pravidelně po celý den, kdykoli se objeví pocit hladu či chutě na sladké.

Vhodné kombinovat:

NingXia Red, Golden Turmeric, čaj Slique

SUPER B

Doplňěk stravy Super B obsahuje všech osm vitamínů B a biologicky dostupné chelátové minerály, zinek, který přispívá k normální kognitivní funkci, a selen, který pomáhá chránit vaše buňky před oxidačním stresem.

Obsahuje:

B1 thiamin: Přispívá k normální psychologické funkci

B2 riboflavin: Přispívá k normálnímu energickému metabolismu

B3 niacin: Přispívá k omezení únavy a vyčerpání

B5 kyselina pantothenová: Přispívá k normální mentální činnosti

B6 pyridoxin: Přispívá k normální funkci imunitního systému

B7 biotin: Přispívá k udržení normálních vlasů a pokožky

B9 kyselina listová

B12 kobalamin: Přispívá k normální tvorbě červených krvinek

Selen, Zinek, Mangan, esenciální olej z muškátového oříšku

Dávkování:

Užívejte 2 kapsle denně s jídlem.



SUPER C

Přispívá k přirozené obranyschopnosti a odolnosti organismu. K normální funkci imunitního systému, nervové soustavy a kardiovaskulárního systému. Skvělý k antioxidační ochraně buněk proti nadbytečnému oxidačnímu stresu, ke snížení míry únavy a vyčerpání, k normální tvorbě kolagenu a hojení, k potřebnému vstřebávání železa. Pokud není dostatek vitamínu C nemůže tohle vše fungovat. Důležité je jaká je forma vitamínu C, protože většina vitamínů C na trhu se zkrátka nevstřebá, tak jak má.

SUPER CAL

SUPER CAL je vysoce účinný komplex vápníku, draslíku a hořčíku, který obnovuje správnou elektrolytickou a hormonální rovnováhu a zdokonaluje vývoj svalů a kostí.

Super Cal je speciálně vyrobený doplněk s vápníkem a hořčíkem, jehož výhodou je kombinace vlastností těchto důležitých minerálů a jejich společný účinek.

Hlavní přínosy

Vápník je nutný pro zdravé zuby a kosti a napomáhá správné funkci svalů a přenosu nervových vzruchů.

Hořčík přispívá ke správné činnosti nervové soustavy a posiluje tělo při únavě a vyčerpání.

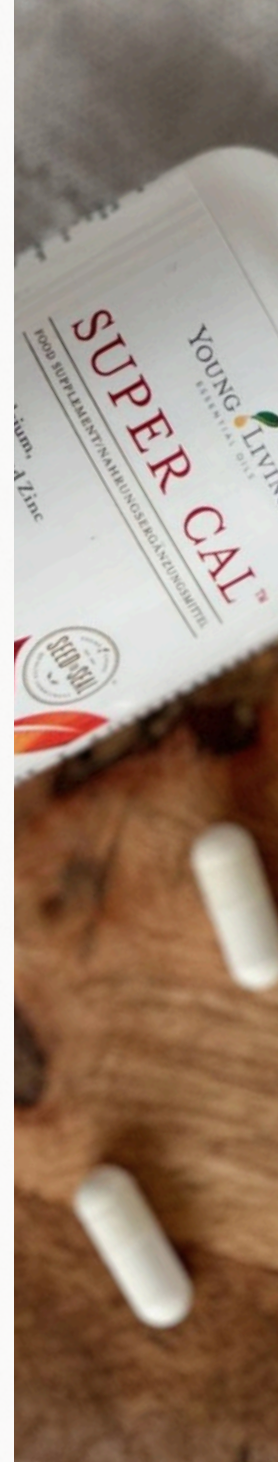
Zinek napomáhá správné činnosti imunitního systému a podporuje kognitivní funkci.

Obsahuje:

Citronan vápenatý, citronan hořečnatý, citronan draselný, citronan zinečnatý, boritan sodný, kyselina stearová, majoránkový olej, libavkový olej, olej z citronové trávy, myrtový olej.

Doporučené dávkování:

Užívejte 1-2 kapsle bezprostředně před jídlem.



SUPER VITAMIN D

Je doplněk stravy, obsahující 500% doporučené denní dávky vitamínu D, v podobě rozpustné tablety, která Vám poskytne potřebnou podporu. Tento vitamín je přirozeně získáván z lišejníku, obohacen o ovocnou složku z lesního ovoce.

Je jedním z nejdůležitějších vitamínů, který je spojován s funkcí imunitního systému.

Ten, kdo ho má nedostatek bývá velmi často nemocný, náchylný k infekcím.

Jeho nedostatek se projevuje u někoho křehkostí a tenkostí kostí, svalovou slabostí, ospalostí, potížemi se spánkem, respiračním onemocněním, oslabenou imunitou, depresemi.

Obsahuje:

Vitamín D získaný z lišejníků, olej z listů meduňky, olej z kůry limetky

Dávkování:

Užívejte 1 tabletu denně s jídlem. Vložte do úst a nechte 5–10 sekund rozpustit, poté rozkousejte.



SULFURZYME

kombinuje dobře známou kustovnici s MSM, což je přirozeně se vyskytující organická forma potravinářské síry. Síra je jednou z nejdůležitějších živin v těle. Je skvělá pro péči o kosti a klouby, pomáhá při onemocněních, jako je artritida. MSM má také silný detoxikační účinek, který vytváří snadnou cestu pro vstřebání základních živin do vašeho systému a vyplavuje toxiny. Poskytuje velké množství kolagenu a keratinu, které jsou životně důležité pro vlasovou pokožku a nehty. Je označován jako minerál krásy. Je to také přírodní posilovač energie. Tuto organickou formu síry naše tělo denně potřebuje k udržení struktury bílkovin, ochraně buněk a buněčných membrán, regeneraci spojení mezi buňkami a zachování molekulární struktury tkáně. MSM také podporuje imunitní systém (skvělé při autoimunních on.), játra, oběh a správnou funkci střev a působí tak, aby sesbíral volné radikály.

Obsahuje:

Kustovnici čínskou s methylsulfonylmethanem, sacharózu - pro podporu normálního zdraví zažívacího systému.

Dávkování:

Užívejte 2 kapsle 2krát denně podle potřeby. Užívejte 1 hodinu před nebo po jídle.





REJSTŘÍK DLE ZAMĚŘENÍ

*Zde najdete doplňky stravy
rozdělené dle jejich využití a
zaměření*

IMUNITA



NINGXIA RED

*Antioxidant
vitamíny & minerály*



GREEN OMEGA 3

*Cholesterol
Paměť a funkce mozku
Prevence infarktu
Protizánětlivé*



MULTIGREENS

*Kardiovaskulární
systém
Hladina cukru v těle*



LIFE 9

Zdravý mikrobiom



INNER DEFENSE

očista střev



MASTER FORMULA

*komplexní zdroj
vitamínů & minerálů*

IMUNITA



MEGACAL

Vitamíny & minerály



COMFORTONRĚ

*Zažívání
Zadržování vody*



OLIVE ESSENTIAL

*Obranyschopnost
Krevní tlak*



LONGEVITY

*Antioxidant
Dlouhověkost*



SUPER VITAMIN D

Vitamíny & minerály



SUPER C

Vitamíny & minerály

IMUNITA



GOLDEN TURMERIC

*Antioxidant
Protizánětlivé
Štěpení zásobních tuků*



ICP

*Detox
Kardiovaskulární
systém*



SULFURZYME

*Pomáhá vstřebávání
živin
Artritida*



SUPER B

Vitamíny & minerály



SUPER CAL

*Vitamíny & minerály
Bolest kloubů*



ILLUMINEYES

*Podpora zdravého
zraku
Vitamíny & minerály*

DĚTI



NINGXIA RED

*Imunita
Antioxidant
vitamíny & minerály*



KIDSCENTS MIGHTYZYME

*Imunita a zažívání
Pro děti*



KIDSCENTS MIGHTYPRO

Probiotika pro děti

ZAŽÍVÁNÍ



ESSENTIALZYME

*Detox
Travicí enzymy*



COMFORTONŘ

Zadržování vody



ESSENTIALZYME 4

Trávení



LIFE 9

Zdravý mikrobiom



INNER DEFENSE

očista střev



DIGEST & CLEANSE

Detox

ZAŽÍVÁNÍ



ICP

*Čistí střeva
Směs vlákniny*



JUVA POWER

*Pomáhá čistit
tlusté střevo a játra*



SLIQUE ESSENCE

*Kontrola chutí
Podpora trávení*



BALANCE COMPLETE

*vitamíny & minerály
Hubnutí*



DETOXZYME

*Detox
Urychluje metabolismus*

SPORT A POHYBOVÝ APARÁT



AMINOWISE

*Podpora regenerace
svalů*



BLM

Kosti klouby



SUPER CAL

*Vitamíny & minerály
Bolest kloubů*



SULFURZYME

*Kosti a klouby
Artritida*



MEGACAL

*Vitamíny & minerály
Kosti, zuby, klouby
správná činnost svalů*



BALANCE COMPLETE

*vitamíny & minerály
Proteinový nápoj*

KRÁSA KŮŽE, VLASY, NEHTY



GOLDEN TURMERIC

*Antioxidant
Protizánětlivé
Antihistaminikum*



SUPER B

Vitamíny & minerály



BLOOM COLLAGEN

*Mořský kolagen
Vlasy, nehty, kůže*



NINGXIA RED

*Kůže
Antioxidant
vitamíny & minerály*



SULFURZYME

*Růst vlasů
Kůže*



SUPER VITAMIN D

Vitamíny & minerály



NEBOJTE SE PTÁT

Věřím, že vám tento E-book poskytl užitečné informace o doplňcích stravy. Nebojte se mne kontaktovat, pokud budete potřebovat individuální poradenství nebo další informace.

Vaše zdraví je důležité a ráda vám pomůžu s výběrem správných doplňků na míru vašim potřebám.

Jana

RECENZE



SUPER VITAMIN D

Mě pomohl u ospalosti a obranyschopnosti organismu, nejsem tolik nemocná. U syna u zlomeniny a následné rekonvalescenci, kdy mu rychleji kost srostla, a pomohl mu vrátit se k běžným dětským činnostem.

Bára



BALANCE COMPLETE

Je to moje snídani, od té doby co ho snídám nemám nafouklé břicho a mám více energie.

Lucka C.



NINGXIA RED

Já dopíjím první lahev a konečně po svátcích vnímám zase víc energie. Navíc jsem začala hlídat jídlo a jedu loxcarb. Z doplňku jsem přidala Balance Complete a vitamín D.

Vendy



MASTER FORMULA

Díky svému zdravotnímu stavu musím doplňovat pravidelně vitamíny a minerály a tohle balení je pro mě nejlepší varianta například na cesty, když nechci nic řešit a mít vše pohodlně u sebe.

Jana

RECENZE



AMINOWISE

Je to osvěžující nápoj, který piji po cvičení. Pomáhá doplnit potřebné látky, které tělo vyloučí během fyzické námahy.

Kateřina



SULFURZYME

Od té doby co ho užívám, jsem si všimla, že mi více rostou vlasy a jsou kvalitnější.

Ivana J.



NINGXIA RED

Cítím hlavně hodně energie, zlepšení pleti a taky na to že pořád létají nějaké bacily kolem nás, tak nikdo nemá doma ani rýmu, ani kašel (drželi jsme celá rodina NINGXIA challenge.)

Sylva



SUPER B

Vždy nasazuji, když cítím, že se mi dělá opar. Pomohl mi zbavit se bradavice a je úžasný i na afty. Na podzim беру Super B preventivně minimálně měsíc v kuse.

Jája

RECENZE



BLOOM COLLAGEN

Bloom Collagen se stal mým velkým pomocníkem už v době po porodu, kdy mi hodně padaly vlasy. Díky Collagenu mám vlasy husté a pleť bez pupínků. Zároveň mi díky němu rychleji rostou nehty.

Nicole



SULFURZYME

Já po necelém balení Sulfurzyme (3 tbl ráno po snídani) cítím na vlasech, že už při mytí tolik nedrhnou a necuchají se, líp se mi s nimi pracuje, jsou jemnější a ne tak vysušené.

Zdeňka



LIFE 9

Díky Crohnovi mám velmi citlivá střeva, nemůžu brát jen tak nějaké vitamíny z lékárny. Mé tělo vždy pozná chemii. Tato probiotika mi naprosto sedla. Po tom co se střeva pročistila a zažívání se srovnalo na ně nedám dopustit a nasadila jsem je i manželovi na časté průjmy a překyselený organismus a má klid.

Radka



ILLUMINEYES

Mám vrozenou vadu očí a na kontrole jsem měla před dvěma lety 1 dioptrii a nyní, když jej pravidelně beru, se mi oči o půl dioptrie zlepšily. Pro mě je nepostradatelný, kort když se celý den v práci koukám do počítače či telefonu.

Ivana