

Herbalife[®]



KATALOG PROIZVODA



A woman with dark curly hair and tortoiseshell sunglasses is sitting on a concrete ledge outdoors. She is wearing a blue sleeveless top and light blue pants. She is holding a laptop on her lap and looking at it. To her left is a clear plastic water bottle with a silver cap and the Herbalife logo. The background is a clear blue sky and a glass railing.

Prehrana za cijeli život

Herbalife

Sadržaj

Kada kupite proizvode Herbalife, za nas je to više od samo jednokratne kupnje. U tome vidimo dio doživotnog plana poboljšanja ukupnog dobrostanja – kako izvana, tako i iznutra.

Vaše tijelo može optimalno funkcionirati samo kada mu osigurate potrebne hranjive tvari. Njih nije uvijek lako dobiti samo iz hrane, pa nudimo i proizvode kojima ćete dobiti ono što niste uspjeli unijeti hranom: savršeno uravnoteženu kombinaciju svih ključnih elemenata prehrane uz osobno savjetovanje radi lakšeg postizanja ciljeva.

1

Proteini
Str. 18–33

2

**Vitamini
i minerali**
Str. 34–39

3

**Zdrave
masti**
Str. 40–41

4

Vlakna
Str. 42–45

5

Hidratacija
Str. 46–49

6

Ljepota
Str. 50–57

7

Sport
Str. 58–65

Prehrana i poticaj

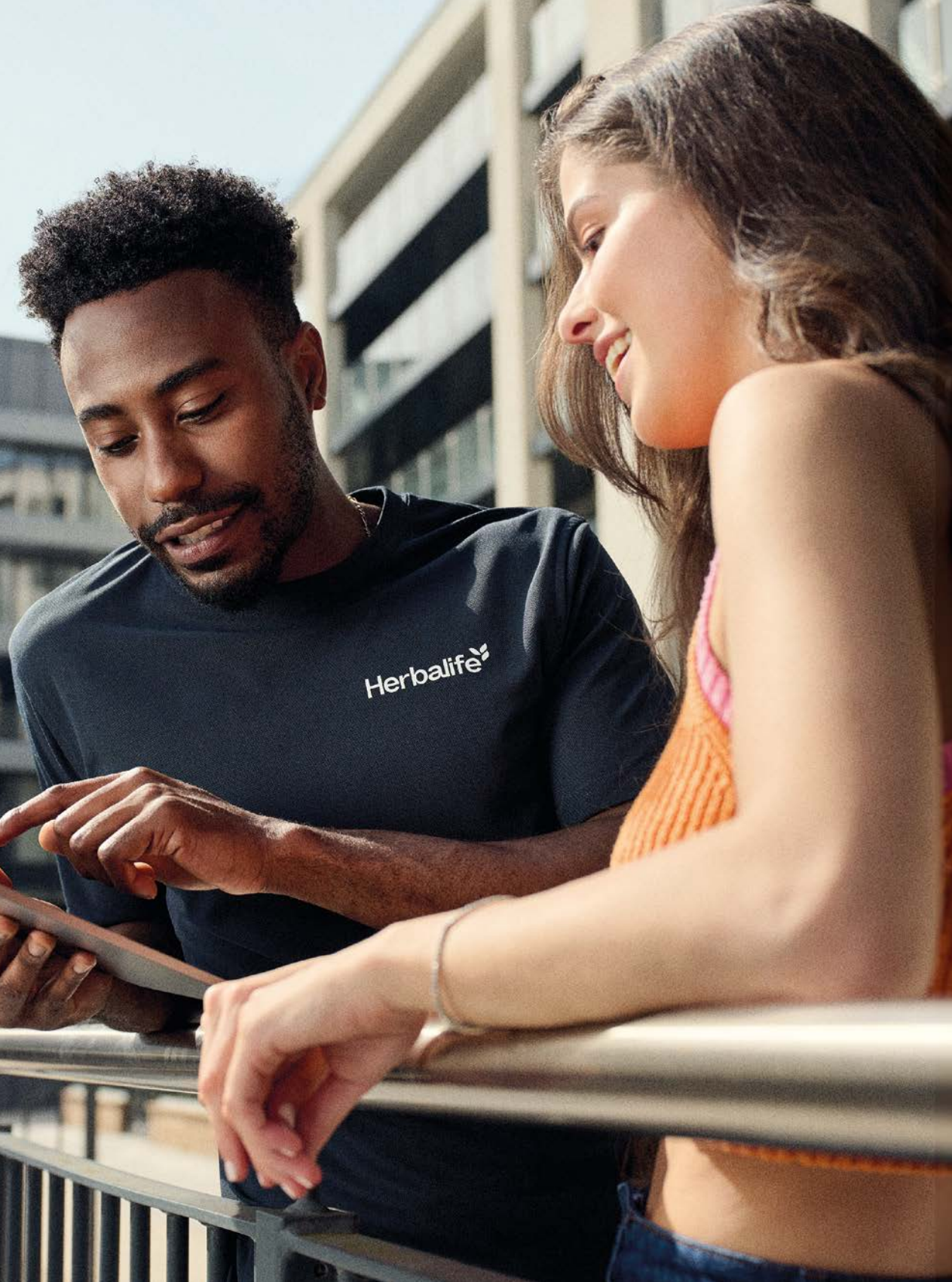
Uvođenje promjena u načinu života može biti teško. Neki ljudi mogu sami postići svoje ciljeve, no mnogima je potreban poticaj. Mogućnost oslanjanja na mentora može biti presudna.

Naša 'razlika koju čine Distributeri'

Mi nudimo potpunu uslugu! Naše proizvode možete kupiti samo od naših nezavisnih distributera, što znači da vam je na raspolaganju i njihovo stručno znanje. Bez obzira želite li poboljšati kondiciju ili kontrolirati tjelesnu težinu, kroz osobnu povezanost s vašim distributerom ne samo da ćete dobiti jasne upute i osobno prilagođen plan za postizanje vaših ciljeva, već i društvenu podršku, motivaciju, ohrabrenje i odgovornost.

Ovaj dodatni personalizirani pristup je ono po čemu se Herbalife razlikuje od drugih kompanija koje proizvode prehrambene proizvode.





Herbalife



Određivanje mjerila

Herbalife se s razlogom smatra vodećim brendom u svijetu za kontrolu težine i dobrostanje.

Naši su proizvodi znanstveno osmišljeni kako bi poduprli postizanje osobnih ciljeva zdravlja i prehrane. A tu je i linija proizvoda Herbalife24, posebno namijenjena prehrambenim potrebama sportaša, vježbača u teretani i rekreativaca.

Sastojci vrhunske kvalitete

Koristimo samo sastojke najbolje kvalitete od farmara koji predvode u primjeni visokih standarda sjetve i očuvanja kvalitete. Konačno, od kvalitetnih sastojaka nastaju vrhunski proizvodi u koje naši kupci imaju povjerenja. Dobili smo brojna međunarodna priznanja za naše proizvode, proizvodnju i poslovni model, kao potvrdu naših visokih standarda kvalitete.



ISO 17025 potvrđuje tehničke sposobnosti laboratorija i dosljednost njihovih rezultata.



Neovisna treća strana ispituje uzorke proizvoda Herbalife24® na zabranjene tvari. Više informacija potražite na etiketi proizvoda.





Utemeljeno u znanosti



Vrhunski stručnjaci

Naši su proizvodi utemeljeni u znanosti i iza njih stoji globalna mreža s više od 300 stručnjaka i doktora znanosti u područjima prehrane, prirodnih znanosti i zdravlja, koji osiguravaju kvalitetu i strogo pridržavanje propisa. Vodi nas istraživanje, a motivira kvaliteta, kako bismo na svakoj razini bez kompromisa isporučili izvrsnost.

Isprobano i provjereno

Ispitujemo, ponovo ispitujemo i potom opet ispitujemo – to je naš način rada! Kroz internu provjeru i vanjske potvrde mjerodavnih organizacija dobivamo potvrdu da su naši proizvodi najbolji u svojoj kategoriji.

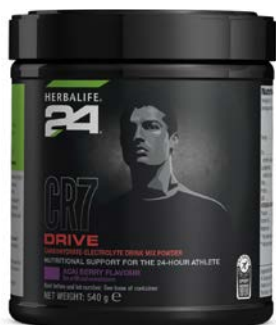




Odlični
proizvodi
osvajaju odlična
priznanja

HERBALIFE
24

**Zbog naše predanosti inovaciji i znanosti naši
su proizvodi dobili priznanja širom svijeta.**



gida+
gledaj i budi

**golden
pulse
AWARDS**

Najinovativniji proizvod za sportsku prehranu

Priznanje Food+, Turska.



Proizvod godine

Health & Nutrition, UK.



Proizvod godine

Belgija.



Najbolji zamjenski obrok

Priznanje Fitness, Grčka.



Proizvod godine

Francuska i Nizozemska.



Od polja



do stola

Odlični proizvodi nastaju iz odličnih sastojaka

Herbalife jamči vrhunsku kvalitetu proizvoda kroz provedbu internog procesa osiguranja kvalitete "od polja do stola".

Ulažemo u odgovorne metode uzgoja sirovina, a naš globalni tim predanih znanstvenika i proizvođača osigurava korištenje najboljih sirovina. Svaki sastojak podvrgavamo internoj analizi, kako bismo osigurali da zadovoljava stroge uvjete. Od polja čaja u Kini, preko polja aloje u Meksiku do polja soje u SAD –u, koristimo najbolje sastojke za razvoj izvanrednih proizvoda.

Poduzimamo sve potrebno kako bismo osigurali da proizvodi Herbalife zadovoljavaju ili nadmašuju naše vlastite standarde kvalitete i standarde naše grane industrije. Čistoća i hranjiva vrijednost svakog od sastojaka nisu upitni, baš kao ni integritet procesa koje provodimo.



**Naši farmeri
zasijavaju
polja**



**i obrađuju
zemlju**



**kako bi
osigurali**



**zajamčenu
kvalitetu**



**sve do trenutka
kada proizvod
dođe do vas.**

Briga o i planetu

Zaklada Herbalife Foundation (HNF)

HERBALIFE NUTRITION



Uz potporu Članova i zaposlenika Zaklada HNF isplaćuje milijune dolara pomoći za 167 sirotišta, bolnica, škola i organizacija u više od 59 zemalja. Samo u godini 2021. dali smo pomoć za više od 216.000 djece i njihove zajednice.

Prehrana za svijet bez gladi (NFZH)

Nastojimo da ni jedan tanjur ne bude prazan. Naša inicijativa Prehrana za svijet bez gladi u skladu je s 2. ciljem održivog razvoja Ujedinjenih naroda – Svijet bez gladi. Taj cilj potiče na odvažne korake kako bi se do 2030. iskorijenila glad, postigla sigurnost hrane i poboljšana ishrana te promovirala održiva poljoprivreda.

**Nutrition for
ZERO
HUNGER**

Kako bismo doprinijeli ostvarenju tog cilja, podupiremo organizacije koje rješavaju te probleme, kao što su Feed the Children, The Hunger Project i Power of Nutrition.



ljudima

Idealan doručak

Započnite jutro s našim hranjivim i uravnoteženim doručkom – odličnog je okusa, prepun hranjivih tvari i gotov je za čas.



1. Hranjive tvari

Formula 1 Nutritional shake mix

Nahranite svoje tijelo
uz zamamno kremasti
Formula 1 shake – hranjiv
obrok prepun nutrijenata.



2. Hidratacija

Biljni koncentrat aloje

Popijte čašu Biljnog koncentrata
aloje – niskokaloričnog hladno
prešanog soka aloje vere
koji prirodno osvježava.



3. Osvježanje

Instant biljni napitak s ekstraktima čaja

Uljepšajte dan šalicom ukusnog
Instant biljnog napitka
s ekstraktima čaja. Sadrži ekstrakte
lista zelenog i crnog čaja, a svako
serviranje sadrži 87,5 mg kofeina.

Formula 1

Sadrži kvalitetne biljne proteine i 25 ključnih vitamina i minerala. Naši Formula 1 shakeovi dolaze u osam slasnih okusa.

18 g
proteina*

5 g
vlakana

25
vitamina

Nizak
sadržaj
šećera

227
kcal**

Bez
glutena

* Kada se pripremi s djelomično obranimi mlijekom

** Navedene vrijednosti odnose se na F1 okus Vanilla Crème.
Hranjive vrijednosti mogu se razlikovati ovisno u F1 okusu.



Okus Banana Cream
21 porcija
550 g #4462



Okus Café Latte
21 porcija
550 g #4465



Okus Cookie Crunch
21 porcija
550 g #4467



Okus Raspberry &
White Chocolate
19 porcija
500 g #4469

Što kažu kupci

“Nesumnjivo pobjeđuje okusom i teksturom.”



Prijedlog za serviranje



100% vegansko kada se pripremi s obogaćenim napitkom od soje ili PDM Vegan.



Okus Smooth Chocolate
21 porcija
550 g #4468



Okus Strawberry Delight
21 porcija
550 g #4463



Okus Fruits of the forest
21 porcija
550 g #4470



Okus Vanilla Crème
21 porcija
550 g #4466

Što kažu kupci

„Kada u svoj uobičajeni F1 shake dodam Protein Drink Mix, dobijem slatan gust obrok.“



Savršen obrok

Za još bolji doručak kombinirajte Mješavinu za proteinski napitak i Formulu 1 za hranjiv obrok s više proteina, više vlakana i manje kalorija nego običan Formula 1 shake.

Ili kombinirajte Protein Drink Mix Vegan s Formulom 1 kako biste dobili hranjivi obrok koji prirodno ne sadrži laktozu, 100% je prikladan za vegansku prehranu i sadrži savršeno uravnotežene količine proteina, vlakana, vitamina i minerala.



Protein Drink Mix Vegan i Formula 1 Nutritional shake mix

24 g proteina*

26 vitamina i minerala

Bez glutena

F1 okus Vanilla Crème

21 porcija, 550 g #4466

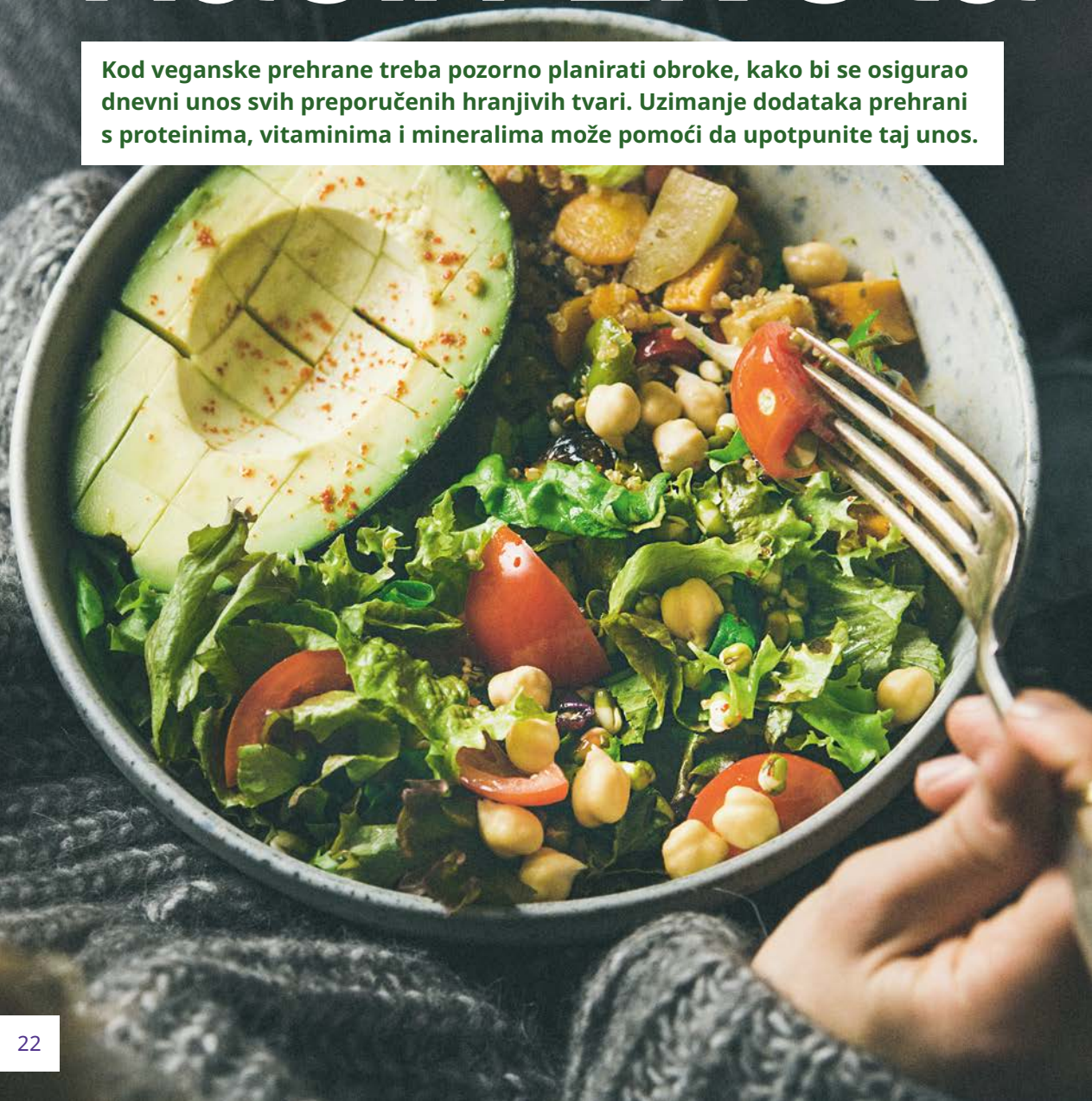
Okus vanilije

20 porcija, 560 g #172K

* Hranjive vrijednosti mogu se razlikovati ovisno o F1 okusu.

Veganski način života

Kod veganske prehrane treba pazljivo planirati obroke, kako bi se osigurao dnevni unos svih preporučenih hranjivih tvari. Uzimanje dodataka prehrani s proteinima, vitaminima i mineralima može pomoći da upotpunite taj unos.



Planirajte unaprijed kako biste bili sigurni

Kada se odlučite za vegansku prehranu, morate osigurati unos proteina i esencijalnih aminokiselina koje se inače unose kroz meso, kao i vitamin D i kalcij, koji se inače dobivaju iz mliječnih proizvoda.



Proteina ima u namirnicama biljnog porijekla kao što su grahorice, leća, cjelovite žitarice i tofu od soje. No, za razliku od većine proteina životinjskog porijekla, koji sadrže svih devet aminokiselina, pa se smatraju „potpunima“, proteinima u većini biljnih namirnica (osim zrna soje) nedostaje jedna ili više aminokiselina. Zato je ključno konzumirati raznovrsnije namirnice. Primjerice, cjelovite žitarice sadrže obilje esencijalne aminokiseline koje nema u grahu, grašku i leći. S druge strane, ono što nedostaje cjelovitim žitaricama može se naći u grahu.

Tu si možemo pomoći tako da koristimo biljne proteine u prahu kao što je naš **Protein Drink Mix Vegan (str. 20)**. On sadrži proteine soje i idealan je način za povećanje unosa proteina uz relativno malu kalorijsku vrijednost. Ti proteinski prašci se mogu jednostavno dodati u shake, juhu i pečenu hranu.

Ako se hranite veganski, trebate se isto tako pobrinuti za odgovarajući unos kalcija, vitamina D, željeza, cinka i vitamina B12, kako biste osigurali zadovoljenje svojih potreba za ključnim nutrijentima.

Vidi Vitamini i minerali (str. 38-39).

Ključni nutrijenti



Kalcij



Vitamin D



Željezo



Cink



Vitamin B12

Uravnotežen unos proteina

i zašto je važan

Proteini su ključni za mnogo važnih tjelesnih funkcija, pa je stoga izuzetno važno točno odrediti potreban dnevni unos u skladu s tjelesnom težinom i mišićnom masom. Protein, makronutrijent sastavljen od 21 'gradivnog elementa' koje nazivamo aminokiselinama, doprinosi povećanju mišićne mase i održavanju mišićne mase i kostiju.



Kako odrediti potrebnu količinu

Najprecizniji način izračuna potrebe za proteinima je pomoću nemasne tjelesne mase (tjelesna težina bez masnog tkiva), no kao orijentir može poslužiti i ukupna tjelesna težina. U tom se slučaju potreban unos proteina računa tako da se tjelesna težina u kilogramima pomnoži s 1,5. Rezultat je ciljani dnevni unos proteina u gramima. Dakle, osoba koja ima tjelesnu 64 kg trebala bi nastojati unositi oko 100 g proteina dnevno.



Izvori proteina

Soja je jedan od najboljih biljnih izvora jer sadrži 'potpune proteine' sa svih 9 esencijalnih aminokiselina. Ostali izvori su orašasti plodovi, sjemenke i leća, no oni sadrže „nepotpune proteine“, pa je dobro uključiti različite izvore kako biste kombiniranjem iskoristili prednosti svakog od njih. Kada konzumirate naše hranjive shakeove, možete biti sigurni da sadrže potpune proteine koji su potrebni za zadovoljenje vaših prehrambenih potreba.



Povećanje unosa proteina

Okvirni pokazatelj je da namirnice koje su uobičajeni izvori proteina sadrže oko 25 g proteina, a proteinski međuobroci (**npr. Herbalife Proteinske pločice**) sadrže oko 10 g proteina. Trebate li povećati svoj unos proteina, tu može pomoći shake kao zamjenski obrok ili proteinski shake jer ih možete točno prilagoditi svojim osobnim potrebama. Pogledajte **Formula 1 Nutritional shake mix** i **Protein Drink Mix Vegan**.



Herbalife

Zadovoljite svoje potrebe za proteinima

**Postoji jednostavan način
dosezanja dnevnog
unosa proteina.**

Naša ponuda proteinskih proizvoda
nudi praktičan način da podržite
dnevni preporučeni unos proteina.





Mješavina za proteinski napitak

Ukusan i kvalitetan proteinski shake, kojeg možete pomiješati s Formulom 1 ili ga piti samog.

15 g
proteina

22 vitamina
i minerala

Prikladan za
vegetarijansku
prehranu

108
kcal

Okus vanilije

21 porcija, 588 g #2600

Protein Drink Mix Vegan

Posebno kremast napitak s okusom vanilije.

Pomiješajte s Formulom 1 ako želite hranjiv veganski obrok, ili ga popijte samog kao shake.

15 g
proteina

22 vitamina
i minerala

Bez
glutena

Bez
šećera

Okus vanilije

20 porcija, 560 g #172K



Formula 3 Personalized protein powder

Jednostavno rješenje za povećanje unosa proteina.

5 g
proteina po
žlici

23 kcal
po žlici

40 serviranja, 240 g

#0242

Pametni proteinski međuobroci

Suprotno uvriježenom vjerovanju, međuobroci mogu biti korisni za ljude koji ne žele ugroziti ostvarivanje svojih ciljeva u prehrani.

Štoviše, oni predstavljaju dodatnu priliku da svojem tijelu osigurate hranjive tvari! U jednom kliničkom ispitivanju čak je utvrđeno da hranjivi međuobroci u porcijama s kontroliranom kalorijskom vrijednosti pomažu da se tijekom dana jede manje¹.



Gurmanska juha od rajčice

Ovaj aromatičan međuobrok bogate mediteranske arome gotov je za čas, a sadrži 8 puta više proteina od obične juhe od rajčice².



21 porcija, 672 g

#0155



¹ Nijke et al (2016), Snack food, satiety, and weight (Međuobroci, sitost i tjelesna težina). Adv. In Nutrition, 7(5).

² The Composition of Foods (Sastav namirnica); Food Standards Agency and The Institute of Food Research in the UK, 2006.



Proteinske pločice

Zadovoljite svoju želju za čokoladom s ukusnim proteinskim pločicama, ili ih pojedite za okrijepu tijekom vježbanja.

10 g
proteina

Približno
140 kcal

Čokolada i kikiriki	14 pločica x 35 g, 490 g #3972
Okus vanilije i badema	14 pločica x 35 g, 490 g #3968
Okus limuna	14 pločica x 35 g, 490 g #3976



Nije prženo.



Proteinski čips

Okus Sour Cream and Onion

Uživajte u pikantnom okusu našeg Proteinskog čipsa s okusom Sour Cream and Onion

12 g
proteina

Bez
glutena

Prikladno za
vegetarijance

10 serviranja x 30 g

#142K

* 50 % manje masti u usporedbi s prženim čipsom od krumpira



Proteinski čips

Okus Barbecue

Uživajte u nježno pikantnom okusu i notama dima našeg Proteinskog čipsa s okusom Barbecue.

11 g
proteina

Bez
glutena

Prikladno
za vegane

10 serviranja x 30 g

#141K

Proteinski čips



Što kažu kupci

“Zadovoljava
želju za slanim uz
malo kalorija.”



Kuharica

Upravo izašlo iz tiska!

U prodaji je Herbalife Kuharica!

Pripremili smo uzbudljivu kolekciju s 80 jedinstvenih recepata iz Europe i Afrike, s kojima ćete obogatiti svoje kuhanje, zadovoljiti svoje nepce i istovremeno kvalitetno nahraniti svoje tijelo. Od Party hitova do Goriva za vježbanje i Wellnessa, mnoštvo inovativnih jela čeka da ih otkrijete: Patlidžani punjeni povrćem, Waterzooi s piletinom, Hranjivi kuskus, Acai zdjela i Palačinke s plantana bananom.

Tu su i recepti za omiljena jela, prilagođena kako bi bila stvarno hranjiva. Recepti su promišljeni, a jela lagana i prepuna okusa, te otkrivaju kako svoje omiljene Herbalife proizvode možete koristiti na sasvim nov način. Ova će vas kuharica potaknuti na novi odnos prema hrani i promijeniti način kako pripremате i kuhate hranu, pa čak i kako kupujete namirnice.



Herbalife

Kuharica



Spremni za spavanje

Kada ste se posljednji put stvarno dobro naspavali?

San je izuzetno važan za fizičku i mentalnu dobrobit jer doprinosi funkcioniranju mozga, raspoloženju i ukupnom zdravlju. Ako poput mnogih drugih i vi teško umirujete um prije spavanja, stvarno će vam se isplatiti ako poslušate ove savjete i omogućite si da spavate cijelu noć.



Pazite kada jedete

Ako prestanete jesti najmanje tri sata prije odlaska na spavanje, moći ćete dobro probaviti hranu i manja je vjerojatnost da nećete moći zaspati zbog žgaravice.



Vježbanje neka postane navika

Znamo da vježbanje donosi brojne zdravstvene dobrobiti, no ono isto tako pomaže da se opustite i lakše zaspate, jer se kod vježbanja oslobađaju endorfini, pa se na prirodan način osjećate dobro. Probajte s vježbama slabijeg intenziteta kao što su joga, pilates ili opuštajuća šetnja u predvečerje.



Pripremite se za odmor

Pridrжавajte se pravila digitalne detoksikacije: najmanje jedan sat prije spavanja nemojte koristiti računalo niti digitalni čitač – to vrijedi i za televizor!



Riješite se stresa uz tehnike opuštanja

Večer je pravi trenutak za primjenu tehnika opuštanja. Ispraznite glavu te opustite um i tijelo dubokim disanjem, opuštajućim istezanjem i meditacijom.



Držite se rasporeda

Ritam života može omesti zdrav raspored spavanja – pokušajte svakoga dana odlaziti na spavanje i buditi se u isto vrijeme, kako biste se naspavali.

Pametna prehrana za vaš imunološki sistem





Immune Booster

Proizvod bogat vitaminom C, vitaminom D, selenom i cinkom, koji doprinose normalnoj funkciji imunološkog sustava, a vitamin C i cink uz to doprinose zaštiti stanica od oksidativnog stresa. Više od dvanaest objavljenih ispitivanja pokazuje da suhi fermentat kvasca EpiCor® pomaže u jačanju imuniteta i blagotvorno djeluje na dobrostanje crijeva¹.



Okus bobičastog voća

10 vrećica x 3,7 g, 37 g #2273

¹ Sedam objavljenih pretkliničkih ispitivanja i osam objavljenih kliničkih ispitivanja na ljudima.

Prilagodite svoju prehranu

Vitamini i minerali su ključni mikronutrijenti bitni za brojne kemijske reakcije koje se svakodnevno odvijaju u vašem tijelu.

Iako je uravnotežena prehrana najbolji način za unos tih nutrijenata, nije uvijek moguće osigurati da ih hrana koju jedemo sadrži u potrebnim količinama. Korištenje dodataka prehrani s vitaminima i mineralima praktičan je način za održavanje njihovog preporučenog dnevnog unosa.



Kompleks vitamina i minerala za muškarce i za žene

Posebno osmišljen da zadovolji potrebe muškaraca i žena, ovaj proizvod predstavlja potpunu nutritivnu podršku s 24 ključna nutrijenta, uključujući i mikronutrijente koje vaš organizam ne može sam proizvesti. Osmišljen je za korištenje uz vaš omiljeni Formula 1 shake.*

Vitamins
A i C

Riboflavin
i magnezij

Pantotenska
kiselina

Muškarci

60 tableta, 85,3 g #1745



Vitamins
B6 i B12

Kalcij
i cink

Žene

60 tableta, 85,3 g #2038

* Svako serviranje donosi 71 blagodati za zdravlje, od imuniteta, preko optimiziranih psihičkih i mentalnih funkcija, do zdrave kose, kože i noktiju.



Zasićene su loše. Višestruko nezasićene su dobre... Malo je složenije od toga.

Danas znamo da je važno postići ravnotežu masti, naročito između omega-3 i omega-6 višestruko nezasićenih masti. Ispravna količina (250 mg dnevno) omega-3 masnih kiselina, EPA i DHA, doprinosi održavanju normalnog vida i funkcije mozga, kao i normalnoj funkciji srca.

Zapadnjačka prehrana

Tipična zapadnjačka prehrana sadrži prekomjerne količine ukupnih i zasićenih masti, a nedovoljno zdravih masti kao što su masti iz ribe, orašastih plodova, maslinovog ulja i avokada.

Herbalife pristup preporučuje da unos masti kao koncentriranog izvora kalorija ograničite na ne više od 30 % dnevnog kalorijskog unosa.

Riblje ulje povezuje se sa zdravljem mozga, zato nastojte svakog tjedna pojesti dvije porcije masne ribe poput sardina, lososa ili pastrve. Tijelo ne može učinkovito proizvesti omega-3 masne kiseline dugog lanca (EPA i DHA) kojih ima u ribi, pa ih zato moramo unositi kroz hranu. One isto tako pomažu u održavanju zdravlja srca. Baš i ne volite ribu? Tu može pomoći dodatak prehrani.



Herbalifeline® Max

**Bogat omega-3
masnim kiselinama**



Ovaj moćan dodatak prehrani sadrži povećane količine omega-3 masnih kiselina, EPA i DHA (po kapsuli¹), koje podupiru funkciju srca¹, vida² i mozga². U gel kapsuli prikladnoj za vegetarijance, s dodatkom esencijalnih ulja timijana i paprene metvice za svježiji okus.

375 mg EPA
po kapsuli

250 mg DHA
po kapsuli

30 kapsula, 42 g

#0043



Riblje ulje iz održivih izvora, s oznakom organizacije Friend of the Sea. Za više informacija posjetite FRIENDOFTHESEA.ORG

Preporučeno korištenje



Doprinos normalnoj funkciji srca¹
Održavanje normalnog vida²
Održavanje normalne funkcije mozga²



Održavanje normalnih razina triglicerida u krvi³



Održavanje normalnog krvnog tlaka⁴

¹ U prosjeku 3 puta više EPA i DHA u usporedbi s dosadašnjom formulom proizvoda Herbalifeline.

² Blagotvorni učinak postiže se s dnevnim unosom 250 mg EPA i DHA;

³ Blagotvorni učinci postižu se s dnevnim unosom 250 mg DHA.

⁴ Blagotvorni učinak postiže se s dnevnim unosom 2 g EPA i DHA.

⁵ Blagotvorni učinak postiže se s dnevnim unosom 3 g EPA i DHA; Kroz dodatke prehrani ne smije se prekoračiti ukupni dnevni unos od 5 g EPA i DHA zajedno.

Vaše tijelo voli vlakna



Vlakna su ono što pomaže u održavanju normalnog funkcioniranja probavnog trakta.

Radi se o vrsti ugljikohidrata koji se ne razlažu u probavnom sustavu, pa najveći dio prolazi neprobavljen kroz tanko crijevo i tako osigurava povećani volumen sadržaja.

Iako se radi o vrlo važnoj komponenti prehrane, prosječna osoba konzumira manje od polovine preporučenog dnevnog unosa od 25 g. Naši dodaci prehrani bogati vlaknima mogu pomoći u povećanju unosa vlakana, uz napomenu da je taj unos najbolje postupno povećavati i uz to piti mnogo vode.



Zob, jabuke i vlakna

Ukusan napitak za povećanje dnevnog unosa vlakana i podršku zdravoj probavi. Može se pripremiti s vodom ili umiješati u vaš omiljeni Formula 1 shake.



30 porcija, 204 g

#2554

A woman is shown from the waist up, wearing a dark green, ruffled crop top and grey leggings. She is holding her hands over her midsection, with her fingers spread, as if feeling or supporting her stomach. The background is a solid light green color.

Briga o crijevima

Za zdravu probavu

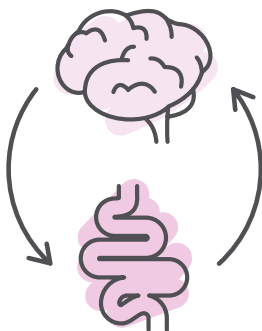


Pomisao na konzumiranje bakterija nije baš privlačna sve dok ne uvidite sve blagodati i dok ne shvatite koliko ih je lako uključiti u prehranu kroz dodatke prehrani!

Ono što jedemo ima ključnu ulogu u brizi o zdravlju crijeva i mikroflore koja se u njima nalazi te pomaže da vaša dva mozga funkcioniraju u simbiozi. Točno je, svi mi imamo 'drugi mozak' – to je naš složeni probavni sustav, koji razmjenjuje informacije s našim 'prvim mozgom' i koristi ga za reguliranje probave. Prebiotici su namirnice bogate vlaknima poput voća, povrća, grahorica i cjelovitih žitarica, a služe kao pokretači probiotika, koji utječu na druge organe i sustave u organizmu i pomažu u održavanju normalne razine šećera i kolesterola u krvi. Naš organizam nije u stanju razložiti određene ugljikohidrate i vlakna, pa taj posao obavljaju mikrobi u crijevima.

Vaš izvor prebiotika

Zbog današnjeg užurbanog načina života mnogi od nas ne jedu dovoljno namirnica koje su dobar izvor prebiotika. U idealnoj situaciji vašem organizmu treba kombinacija prebiotika i probiotika i upravo zato je toliko važno koristiti dodatke prehrani. Probiotici potiču razvoj i djelovanje dobrih bakterija u vašem probavnom sustavu – upravo onih bakterija koje ste unijeli kroz hranu ili dodatke prehrani. Bogat izvor dobrih bakterija su fermentirane namirnice poput jogurta i kefira, gdje te bakterije pretvaraju šećer i ugljikohidrate u kiseline. Svi oni imaju svoju ulogu u poboljšanju kontrole imunosnog odgovora organizma i vjeruje se da povoljno utječu na raspoloženje.



Voda s dodanom vrijednosti

Učinite nešto dobro za svoje tijelo kod intenzivnog vježbanja – utažite žeđ tijekom i nakon vježbanja s posebno osmišljenim sportskim napitkom.

Dodatak minerala

Znojenjem gubite važne minerale poput natrija, klorida i kalija. Ovi se minerali često nazivaju elektrolitima i bitni su za tijelo. Sportski napitci mogu povećati unos tekućine i osigurati vam magnezij, koji doprinosi ravnoteži elektrolita tijekom vježbanja. Kušajte **Herbalife 24 Hydrate**, napitak s elektrolitima bez kalorija.





Dodajte okus

Još jedan način osiguravanja dostatnog unosa tekućine je da vodi koju pijete dodate okus. Kušajte **Herbalife Biljni koncentrat aloje** koji sadrži 40% soka aloje i vašem napitku daje osvježavajući okus. Ili nakon buđenja popijte osvježavajući biljni napitak.

Herbalife Instant biljni napitak s ekstraktima čaja je jedinstvena mješavina obogaćena ekstraktima lista zelenog čaja i crnog orange pekoe čaja s dodatkom ekstrakta sjemenki kardamoma i cvjetova hibiskusa u prahu. Jedna porcija sadrži 87,5 mg kofeina koji će vas „podići“ i istovremeno vam pomoći u ciljanom unosu tekućine, jer umjerene količine kofeina neće iscrpiti vodu u tijelu.

Hidratacija Linija proizvoda s alojom

Biljni koncentrat aloje

Unesite živosti u vodu koju pijete s osvježavajućim okusom manga, kako biste lakše ispunili primjereni unos tekućine od otprilike 2 litre dnevno.

40 %
soka aloje
vere

Bez
umjetnih
bojila

Okus manga	473 ml #1065
Izvorni okus	473 ml #0006



Hidratacija Linija biljnih napitaka



Instant biljni napitak s ekstraktima čaja

Oživite dan uz osvježavajući biljni napitak koji sadrži 87,5 mg kofeina.

- Jedinstvena mješavina tradicionalnog crnog čaja orange pekoe i zelenog čaja s ekstraktima hibiskusa u prahu i kardamona
- Može se konzumirati vruć ili hladan

Nisko-
kaloričan

Ne sadrži
dodane
šećere

Izvorni okus

60 serviranja, 102 g #179K



Okus limuna

30 serviranja, 51 g #180K



Okus breskve

30 serviranja, 51 g #181K

Napravite spa dan kod kuće

Za zdravlje i dobrobit izuzetno je važno da brinete o sebi. Nemamo uvijek vremena ili novaca da si priuštimo spa tretman, ali i u vlastitom domu možete stvoriti atmosferu opuštanja.



Opustite se u pjenušavoj kupki

Dok točite vodu u kadu, upalite koju svijeću i pustite glazbu, u vodu dodajte malo omiljene pjenušave kupke bez sulfata ili ulja – i uronite u opuštanje. Topla voda ublažit će napetost u mišićima, proširiti pore i pročistiti um.

Nemate kadu? Tuširanje toplom vodom može biti jednako opuštajuće. Nakon tuširanja toplom vodom probajte završiti s hladnom vodom – to će učvrstiti kožu!

Ne zaboravite na kosu

I oštećenoj, suhoj ili kovrčavoj kosi posvetite malo njege. Odaberite odgovarajući regeneratorski proizvod za svoj tip kose i nanosite ga na vrhove kose dok uživate u kadi, kako bi imao dosta vremena da stvarno hidratizira i nahrani kosu.

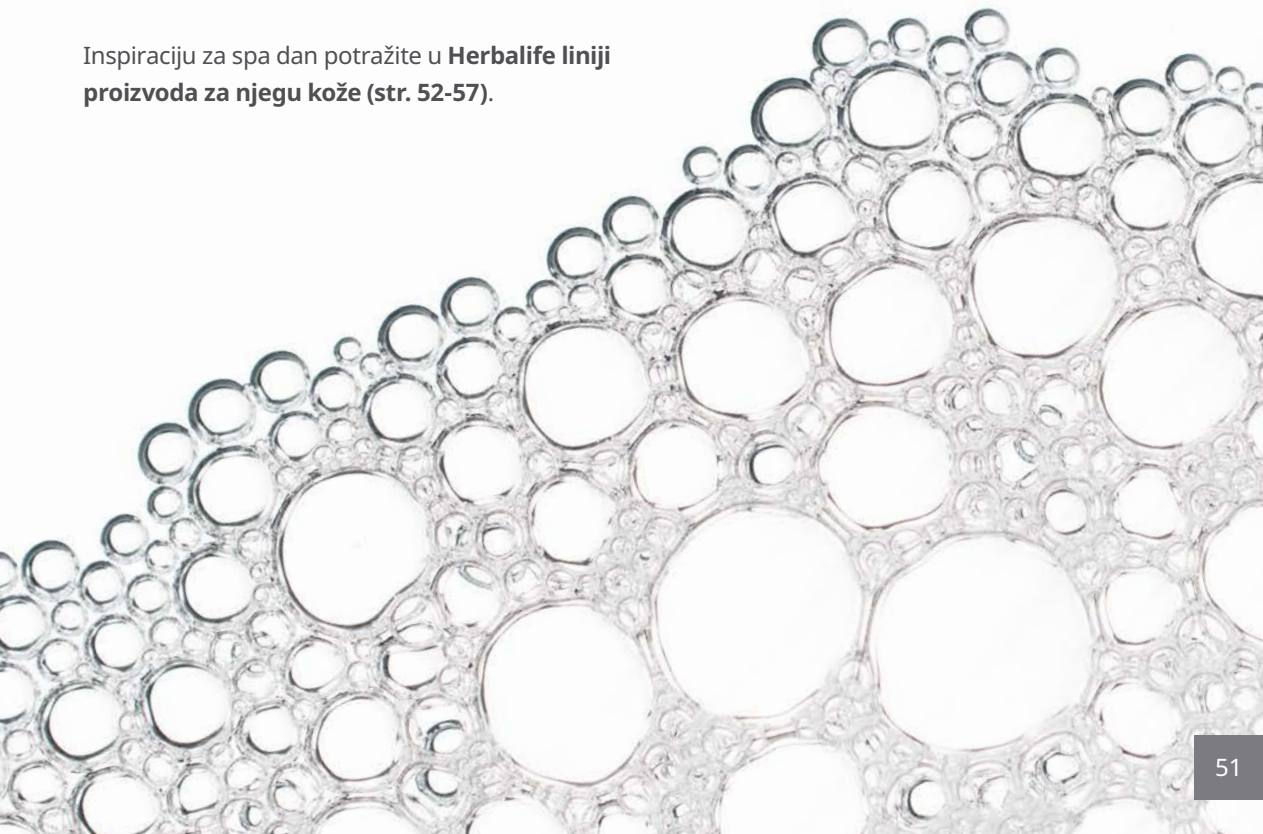
Inspiraciju za spa dan potražite u **Herbalife liniji proizvoda za njegu kože (str. 52-57)**.

Ugodite koži lica

S kvalitetnom maskom za lice možete postići isti učinak kao i u spa, a ako je ostavite na licu za vrijeme kupanja, toplina i vlaga će pomoći u otvaranju začepljenih pora. Iskušajte masku koja sadrži bentonitnu glinu, jer ona fantastično zateže kožu i upija nečistoće.

Hidratizacija od glave do pete

Ako hidratantnu kremu ili losion nanese na još vlažnu kožu, učinak će biti bolji, a koža će izgledati mladoliko i bit će svilenkasto mekana. Vrijeme koje odvojite za svoju njegu neprocjenjivo je, bilo da se radi o pjenušavoj kupki, maski za lice, čitanju knjige ili nekoliko minuta opuštanja uz čaj.



Umirenje

Umirujući gel za čišćenje s alojom

Ovaj nježan gel čisti kožu i čini je mekom.

150 ml

Normalna do suha koža #0765



Čišćenje

Gel s citrusom za čišćenje i zaglađivanje

Mikroznca za dubinsko čišćenje osvježavaju kožu i ona zrači zdravljem.

150 ml

Normalna do masna koža #0766

Ljepota

Linija Herbalife SKIN klinički je ispitana i formulirana s biljkama i vitaminima. Proizvedena je bez parabena i sulfata, od sastojaka kao što su aloja vera, vitamini C, E i B3, kako bi koža bila mekša, glatkija i blistavija*

Toniziranje

Biljni tonik za dodatnu energiju

Bezalkoholni tonik obogaćen alojom verom, s mirisom mandarine, hidratizira i osvježava umornu kožu.*

50 ml

#0767



Ciljana njega

Serum za ublažavanje bora

Ovaj višenamjenski serum pomaže ublažiti vidljive znakove starenja.*

50 ml

#0829

Revitalizacija

Gel za učvršćivanje kože oko očiju

Poboljšava ukupan izgled kože oko očiju.

15 ml

#0770

Osvježavanje

Maska za čišćenje kože s metvicom i blatom

Zahvaljujući upijajućim i tonizirajućim svojstvima bentonitne gline uklanja nečistoću i apsorbira prekomjernu masnoću s kože.*

120 ml

Normalna do masna koža #0773



* Ispitano promatranjem ispitanika nakon sedam i 42 dana, uz stručnu vizualnu ocjenu čvrstoće i elastičnosti kože. Kod 45% ispitanika ustanovljeno je poboljšanje čvrstoće/elastičnosti kože ispod očiju nakon 42 dana.



Zaštita

Zaštitna hidratantna krema SPF 30

Hidratantni sastojci s dugotrajnim djelovanjem kožu čine glatkom i mekom. Pruža zaštitu širokog spektra od UVA/UVB zraka.

50 ml

#0828

Eksfolijacija

Eksfolijator Instant Reveal Berry

Eksfolijator sa sjemenkama bobičastog voća bogat antioksidansima, koji pomaže da koža postane meka i glatka.

120 ml

#0772

Obnavljanje

Hranjiva noćna krema

Ova bogata, luksuzna krema tijekom noći koži daje toliko potrebnu vlagu.

50 ml

#0827

Hidratacija

Hidratantna krema za kožu oko očiju

Pomaže ublažiti tanke linije i bore u području oko očiju.

15 ml

#0771

Hidratacija

Dnevna hidratantna krema za blistavu kožu

Višenamjenska hidratantna krema koja vašem licu daje zdrav sjaj.

50 ml

#0830



Aloja za čvršću kosu i kožu

Inventivna njega kose s biljnim ekstraktima, bez parabena i sulfata.



Herbal Aloe Šampon za jačanje kose

- Kosu čine 10 puta čvršćom nakon samo jedne primjene *
- Hidrolizirani protein pšenice pomaže u zaštiti, obnavljanju i jačanju vaše kose *

250 ml

#2564

Herbal Aloe Regenerator za jačanje kose

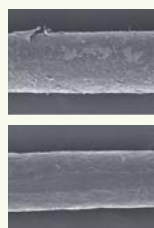
- Jača kosu i čini je mekšom i svilenkastijom nakon samo jedne primjene
- Napredni regenerator obogaćen proteinima pšenice

250 ml

#2565



Rezultati ispitivanja:



Prije

Izuzetno oštećena struktura površinskog sloja kose.

Poslije

Značajno poboljšanje strukture površinskog sloja kose.

* Kada se koristi zajedno s Regeneratorom za jačanje kose, u usporedbi s kosom koja nije tretirana. Rezultati se temelje na ispitivanju jačanja i pucanja kose. Prosječna vrijednost dobivena iz testa češljanja kojeg je proveo neovisni istraživački laboratorij na "oštećenim" uvojcima kose. Uspoređene su izbrojene slomljene vlasi na netretiranoj kosi uz korištenje Herbal Aloe Šampona za jačanje kose i Regeneratora za jačanje kose.



Herbal Aloe sapun za tijelo i kupku

- Nježno čisti, bez skidanja potrebnih ulja s kože
- Mješavina aloje vere, maslinovog ulja i vitamina A, C i E hrani kožu

125 g

#2566



Herbal Aloe Tekući sapun za ruke i tijelo

- Trostruka hidratacija ublažava simptome suhe kože, dubinski vlaži kožu i čini je svilenkastom
- Mješavina ekstrakata pustinjskih biljaka pomaže u održavanju zdrave kože

250 ml

#2561



Herbal Aloe Umirujući Gel

- Obogaćen alojom verom i biljnim sastojcima za regeneraciju kože, hidratizira i umiruje kožu
- Formula bez mirisa

200 ml

#2562



Herbal Aloe Umirujući losion za ruke i tijelo

- Klinički dokazano hidratizira i dubinski hrani kožu
- Aloja vera i afrički shea maslac brzo se upijaju i koža ostaje meka i glatka

200 ml

#2563

Priušтите svojoj kosi intenzivnu regeneraciju – ostavite Herbal Aloe Regenerator za jačanje kose da djeluje 3 minute prije ispiranja. Kosa će biti posebno meka i sjajna.

HERBALIFE

24

NUTRITION FOR THE
24-HOUR ATHLETE

Oslobodite svoj potencijal

Bez obzira jeste li potpuni rekreativac ili elitni sportaš, u sportskoj liniji Herbalife24® naći ćete proizvode koji će vam pomoći kod priprema, treninga i oporavka.

Herbalife24 program prilagodite sebi



	Herbalife24 proizvodi		
	Rebuild Strength	Hydrate	Achieve Proteinske pločice
Jutro			
Korištenje proizvoda			
Prije vježbanja			
Tijekom vježbanja			
Nakon vježbanja			
Noć			

A young woman with blonde hair in a ponytail, wearing a light purple sports top and dark pants, is smiling and looking upwards in a gym. She is standing in front of a large window with a grid pattern. The gym has a high ceiling with exposed beams and ropes hanging from it. In the background, there are gym equipment like a barbell and weights.

Tu sam

Pomažem da živite



za vas

najbolje što možete.

Herbalifeov cilj je učiniti svijet sretnijim i zdravijim mjestom. Svrha naših distributera je ponuditi vrhunsku osobnu uslugu. Bit našeg brenda je ne samo savjetovati o najboljim proizvodima, već i osnažiti vas motivacijom da uvedete dobre promjene u načinu života. Uz naše proizvode dobivate i pouzdanog partnera i mentora, koji će provjeravati kako ste i pomoći vam u ostvarivanju vaših ciljeva u prehrani i fitnessu.

Stalo nam je da uspijete i to nazivamo 'našom razlikom koju čine distributeri'.

Snaga proteina

Evo o čemu se radi

Proteini se sastoje od aminokiselina – glavnih gradivnih elemenata naših mišića, kostiju, kože, tkiva i organa. Dok tijelo probavlja hranu, proteine razlaže u aminokiseline, kako bi stvorilo nove proteine. Zato je vrlo važno svakodnevno unositi potrebnu količinu proteina.

Pokreću metabolizam

Jeste li znali da naše tijelo troši više energije za probavljanje proteina nego je to slučaj kod probavljanja ugljikohidrata? Da bi vaš metabolizam bolje funkcionirao logično je da trebate osigurati da kroz svakodnevnu prehranu unosite optimalnu količinu proteina. Proteini osim toga pomažu u održavanju mišićne mase, a mišićno tkivo mora sagorijevati energiju za svakodnevne kontrakcije i opuštanja. Zato je i to ključno za pokretanje metabolizma.

U našoj liniji H24 potražite proizvode koji će pridonijeti vašoj dobroj kondiciji u svakoj fazi

Pomažu u oporavku i razvoju mišića

Redovno vježbanje i ispravan unos proteina doprinose razvoju mišića. Proteini visoke kvalitete koji sadrže sve esencijalne aminokiseline nalaze se u namirnicama životinjskog porijekla poput nemasnog mesa peradi, govedine, ribe, mliječnih proizvoda i cijelih jaja. Za veganski način prehrane izvor takvih proteina je kombinacija grahorica, leće, integralnih žitarica i tofua od soje.

Kako osigurati potreban unos proteina

Proteinski shakeovi i dodaci prehrani mogu pomoći da povećate unos proteina. Svejedno koje proteine odaberete – one iz sirutke ili one biljnog porijekla – svi oni mogu pridonijeti razvoju mišića.

Uz uravnoteženu prehranu proteinski shakeovi su praktično rješenje za sportaše i ostale koji su stalno u pokretu.



“

“Proteini su esencijalni za svakoga,
ali naročito za one koji aktivno vježbaju.”

Dizanje ljestvice

Što kažu kupci
"Ima izvrsnu teksturu."



H24 Achieve Proteinske pločice

Praktičan međuobrok za poslije vježbanja, koji sadrži 21 g proteina za lakše postizanje ciljeva.

Ove ukusne pločice imaju dekadentan okus tamne čokolade. Ne sadrže umjetne arome niti bojila, a prikladne su i za vegetarijance!



Okus tamne čokolade

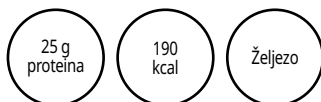
6 pločica x 60 g #150K

Od snage do snage



Rebuild Strength

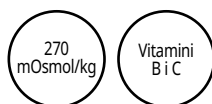
Vrhunski proteinski shake za oporavak poslije vježbanja. Sadrži proteine koji doprinose povećanju i održavanju mišićne mase te željezo, koje doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije.



Okus čokolade 20 serviranja, 1000 g #1437

Hydrate

Osigurajte unos tekućine uz ovaj beskalorični napitak s elektrolitima koji sadrži 100 % PU* vitamina C, također sadrži B vitamine, kalcij i magnezij.



Okus naranče 20 vrećica x 5,3 g, 106 g #1433

* PU = Preporučeni unosi

POČINJE

The Herbalife 24 logo, featuring the word "HERBALIFE" in a bold, black, sans-serif font above a large, stylized number "24". The "24" is black with a green diagonal stripe running through the bottom left of the "4".



Ženska ekipa Tottenham Hotspur

Sponzorirani sportaši



Damir Džumhur

Bosna i Hercegovina

„U sportu je važno učiniti velika odricanja, potrebna je stroga disciplina i ustrajnost. Svaki novi trening treba biti bolji od prethodnog, te je uz redovne i učinkovite treninge važna i kvalitetna i uravnotežena prehrana. Upravo sam to prepoznao u Herbalife proizvodima.“

Profesionalni tenisač, član Davis Cup tima Bosne i Hercegovine

Rukometni klub Celje Pivovarna Laško Slovenija

„Herbalife je već dobro poznato ime u elitnom sportu. Njihovi se proizvodi smatraju izuzetno kvalitetnima i neizostavna su dopuna prehrane kako elitnih sportaša, tako i rekreativaca. Oduševljeni smo što su nas prepoznali kao partnera s kojim žele stvoriti uspješnu priču u Sloveniji.”

Miroslav Benicky, Direktor rukometnog kluba Celje Pivovarna Laško



Darko Stošić Srbija

„Prije, tijekom i nakon svakodnevnih treninga koristim Herbalife suplemente. Izdvojio bih posebno dva suplementa – to su H24 Rebuild Strength poslije treninga i CR7 u toku treninga za bolju hidrataciju. To su moja omiljena dva suplementa i preporučio bih ih svakome.”

Profesionalni MMA borac



Bilješke

[illegible]

[illegible]



PODIGNITE SVOJ POTENCIJAL

BUDITE SAM SVOJ ŠEF S BRENDOM KOJEM MOŽETE VJEROVATI

Niski troškovi pokretanja posla • Honorarni prihod • Popusti na proizvode
Jamstvo povrata novca • Budite dijelom inspirativne zajednice
Pomozite poboljšati živote ljudi • Potpuna obuka i podrška

Odmah se obratite svom Herbalife distributeru i saznajte više.

Kontaktirajte me za više informacija:



IZRAĐENO OD
100%
RECIKLIRANOG
PAPIRA

Herbalife 



Herbalife[®]

POPIS PROIZVODA

TRAVANJ 2023.





Imate li
bocu?

**Uz našu ponudu shakera, boca
i mjerica naše proizvode jednostavno
možete koristiti i u pokretu.**



Kutija za tablete

Mala

#A727



Mjerica s više označenih veličina

#247A



Neonski Shaker

Plavi	#1042
Ružičasti	#1044
Ljubičasti	#1045
Narančasti	#1043
Zeleni	#1041

Popis proizvoda

Stranice
20/21



Formula 1

Okus Raspberry & White Chocolate, 500 g	#4469	Okus Strawberry Delight, 550 g	#4463
Okus Smooth Chocolate, 550 g	#4468	Okus Fruits of the forest, 550 g	#4470
Okus Vanilla Crème, 550 g	#4466	Okus Café Latte, 550 g	#4465
Okus Cookie Crunch, 550 g	#4467	Okus Banana Cream, 550 g	#4462

Stranice
22/23



Mješavina za proteinski napitak

Okus vanilije, 588 g

#2600

Stranica
29



Formula 3 Personalized Protein Powder

240 g

#0242

Stranica
30



Gurmanska juha od rajčice

672 g

#0155

Stranica
30



Pečena zrna soje

258 g

#3143



Proteinske pločice

Čokolada i kikiriki, 14 x 35 g
Okus vanilije i badema, 14 x 35 g
Okus limuna, 14 x 35 g

#3972
#3968
#3976



Proteinski čips

Okus Sour Cream and Onion, 10 vrećica x 30 g
Okus Barbecue, 10 vrećica x 30 g

#142K
#141K



Immune Booster

Okus bobičastog voća, 10 vrećica x 3,7 g

#2273



Kompleks vitamina i minerala

Za muškarce, 85,3 g
Za žene, 85,3 g

#1745
#2038

Popis proizvoda

Stranica
41



Herbalifeline® Max

42 g

#0043

Stranice
42/43



Zob, jabolke i vlakna

204 g

#2554

Stranica
48



Biljni koncentrat aloeje

Okus mangle, 473 ml

Izvorni okus, 473 ml

#1065

#0006

Stranica
49



Instant biljni napitek s ekstraktima čaja

Izvorni okus, 102 g

Okus limuna, 51 g

Okus breskve, 51 g

#179K

#180K

#181K

Stranice
50/51



Herbalife SKIN

Umirujući gel za čišćenje s alojom, 150 ml	#0765
Biljni tonik za dodatnu energiju, 50 ml	#0767
Serum za ublažavanje bora, 50 ml	#0829
Gel s citrusom za čišćenje i zaglađivanje, 150 ml	#0766
Gel za učvršćivanje kože oko očiju, 15 ml	#0770
Maska za čišćenje kože s metvicom i blatom, 120 ml	#0773

Stranica
53



Herbalife SKIN

Hidratantna krema za kožu oko očiju, 15 ml	#0771
Dnevna hidratantna krema za blistavu kožu, 50 ml	#0830
Hranjiva noćna krema, 50 ml	#0827
Zaštitna hidratantna krema SPF 30, 50 ml	#0828
Eksfolijator Instant Reveal Berry, 120 ml	#0772

Stranice
54/55



Herbal Aloe

Losion za ruke i tijelo, 250 ml	#2563
Sapun za tijelo i kupku, 1 sapun	#2566
Regenerator za jačanje kose, 250 ml	#2565
Šampon za jačanje kose, 250 ml	#2564
Tekuci sapun za ruke i tijelo, 250 ml	#2561
Umirujući gel, 250 ml	#2562

Stranica
60



H24 Achieve Proteinske pločice

Okus tamne čokolade, 6 pločica x 60 g	#150K
---------------------------------------	-------

Stranica
61



Linija Herbalife 24

Rebuild Strength, okus čokolade, 1000 g	#1437
Hydrate, okus naranče, 20 vrećica x 5,3 g, 106 g	#1433



IZRAĐENO OD
100%
RECIKLIRANOG
PAPIRA

Kontaktirajte me za više informacija:



2 C 4 1 B A