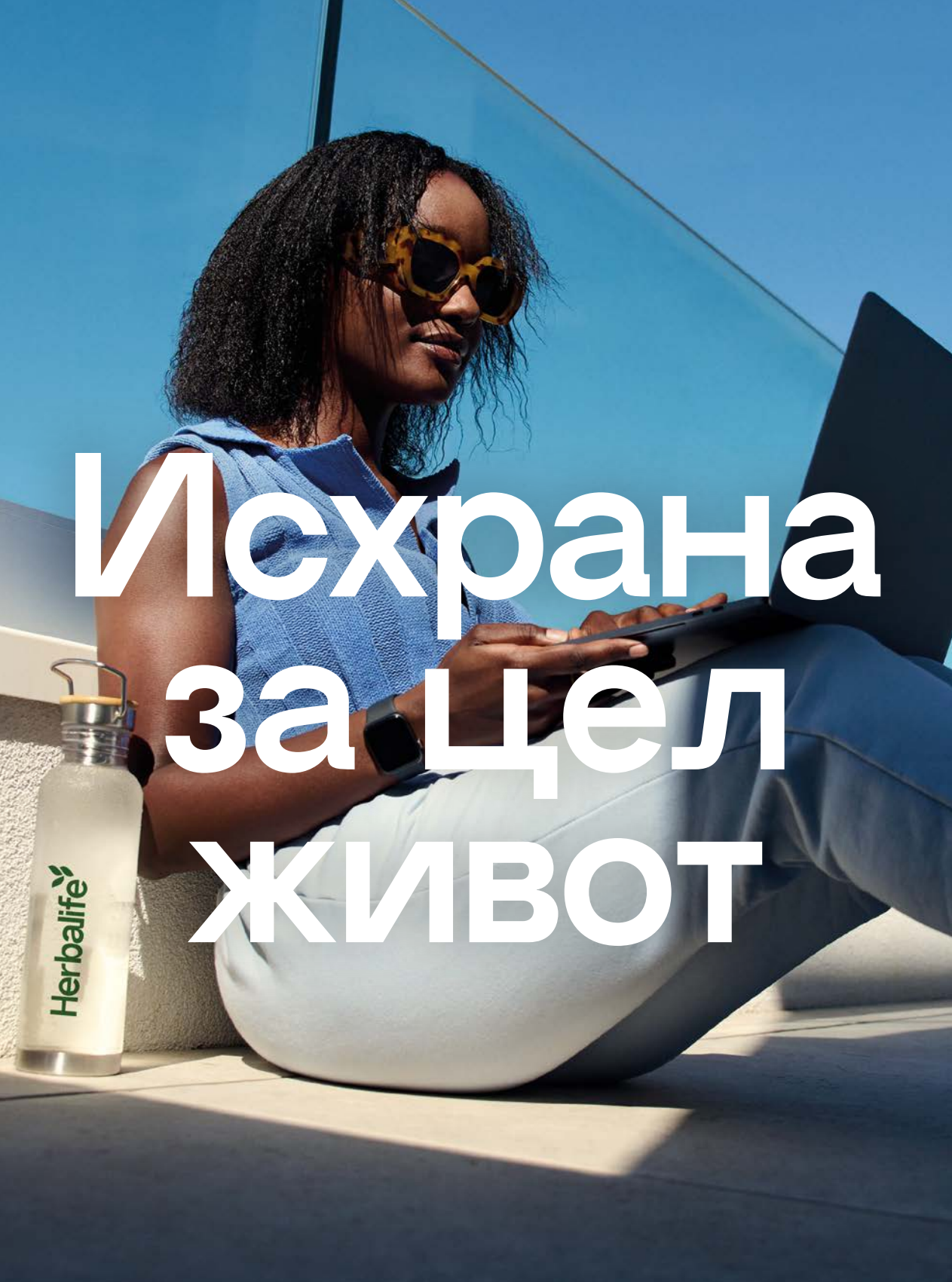


Herbalife[®]



КАТАЛОГ СО ПРОИЗВОДИ



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 the screen. 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.

Исхрана за цел ЖИВОТ

Содржина

Кога купувате Herbalife производи, ние сметаме дека тоа нема да биде еднократна продажба, туку долгорочен план за подобрување на целокупната општа добра состојба – и однатре и однадвор.

Телото е во најдобра форма кога му ги обезбедуваме потребните нутриенти, нешто што не можеме да го постигнеме само преку исхраната. Нашата линија производи е дизајнирана да го надомести недостигот од нутриенти со одлично урамнотежена комбинација од сите есенцијални нутритивни елементи, што заедно со индивидуализиран пристап, ќе ви помогнат да останете во колосек со своите цели.

1

Протеин
Стр. 18–31

2

**Витамини и
минерали**
Стр. 32–37

3

**Здрави
масти**
Стр. 38–39

4

**Растителни
vlakна**
Стр. 40–43

5

Хидрација
Стр. 44–47

6

Убавина
Стр. 48–55

7

Спорт
Стр. 56–63

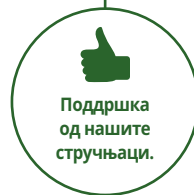
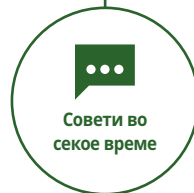
Исхрана и нега

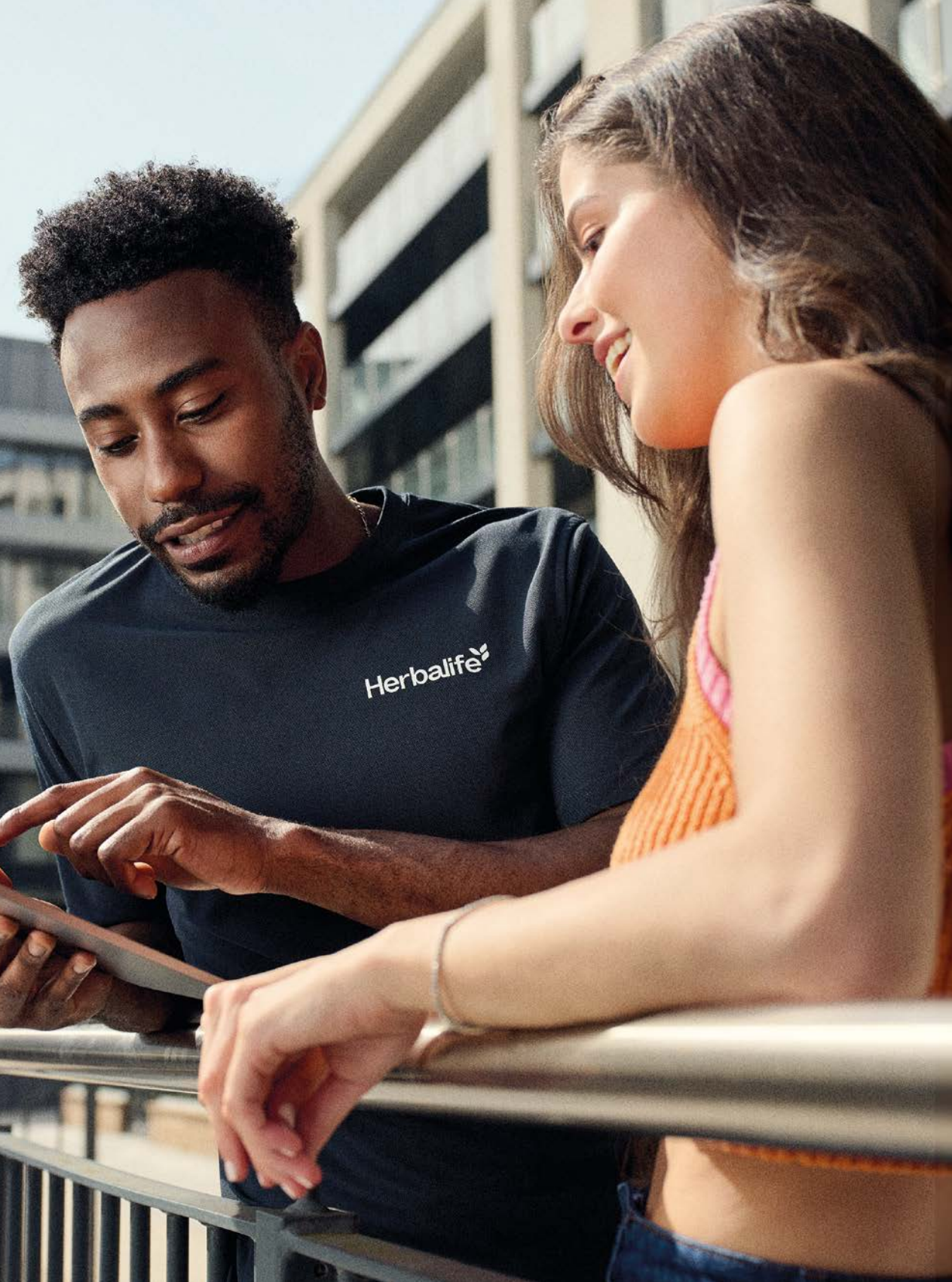
Може да биде тешко да го промените начинот на живот. Некои луѓе лесно ги постигнуваат цели, но на некои им треба поголема поддршка. Затоа, ако имате ментор до вас, тоа може да направи голема разлика.

Нашите Дистрибутери што ја прават разликата

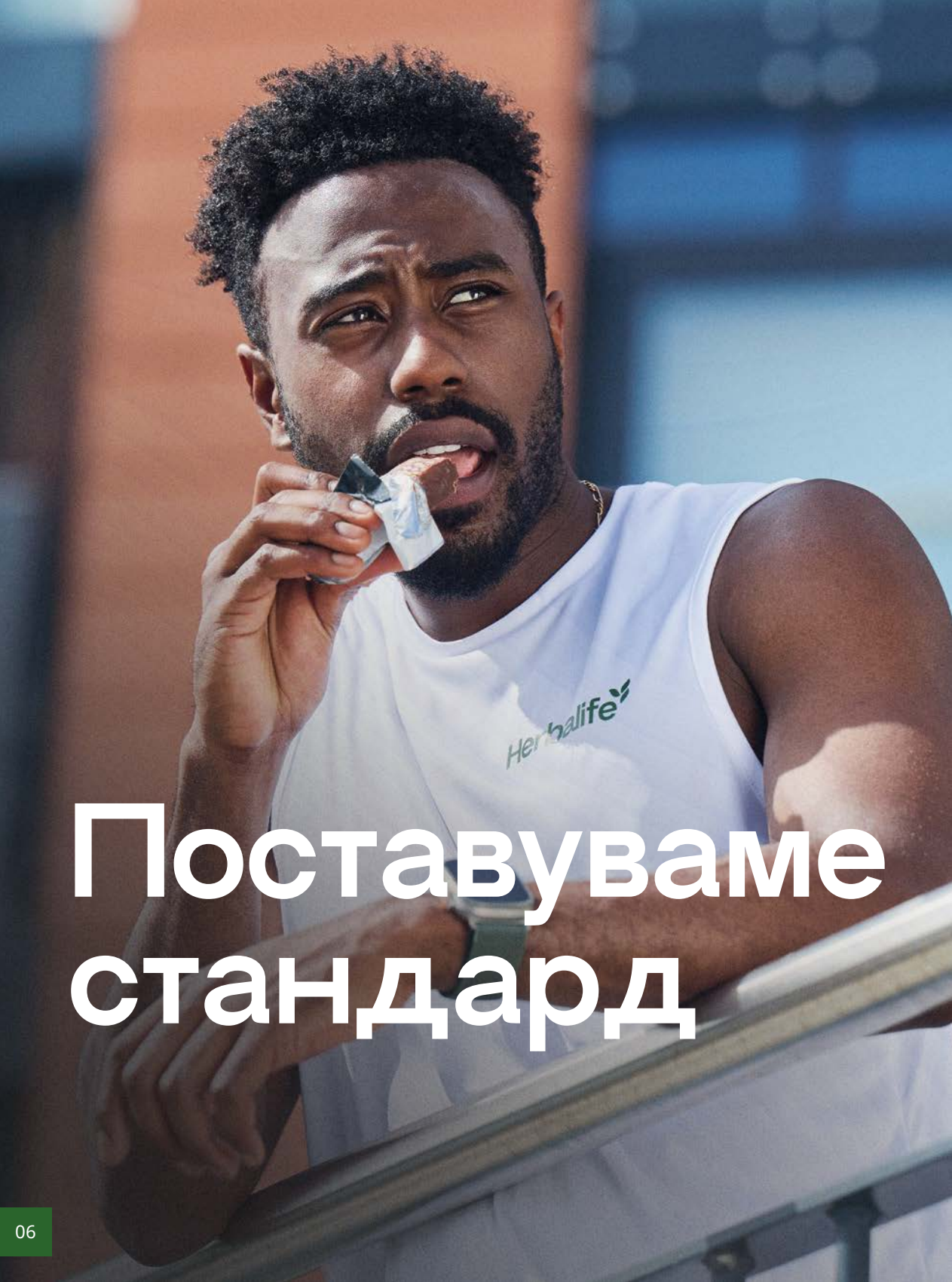
Ние ви нудиме целосен пакет! Производителите може да ги купите само преку нашите независни Дистрибутери, а тоа значи дека инвестирате и во нивната експертиза. Без разлика дали сакате да си го подобрите фитнес нивото или да ја регулирате телесната тежина, Дистрибутерот со кој одржувате лична релација ќе ви дава јасни насоки и индивидуализиран план за ја постигнете својата wellness цел, а ќе ви понуди и социјална поддршка, мотивација, поттик и одговорност.

Овој одличен, индивидуализиран, близок пристап е она по што Herbalife се разликува од останатите нутриционистички компании.





Herbalife



Поставуваме стандард

Има причина зошто е Herbalife број 1 бренд за регулирање на телесната тежина и добра општа состојба во светот.

Нашите производи се дизајнирани со наука за да даваат поддршка за цели во однос на здравјето и на исхраната, заедно со нашата линија Herbalife24 специјално развиена за да ги задоволи нутритивните потреби на спортисти, на луѓе што вежбаат во теретана и на љубители на фитнесот.

Најквалитетни состојки

Користиме само најквалитетни состојки од фармери што се одговорни за највисоки стандарди за засадување и конзервација. Потоа, со квалитетните состојки произведуваме извонредни производи на кои нашите клиенти им веруваат. Нашите производи, производство и бизнис модел имаат добиено бројни интернационални награди што ги потврдуваат нашите стандарди за висок квалитет.



Сертификатот ISO 17025 потврдува техничка способност на лабораториите и конзистентност во резултатите.



Независна трета страна тестира примерок од серијата на производство на производите Herbalife24® за забранети супстанции. Повеќе информации може да прочитате на етикетата на производот.





Поткрепени со наука



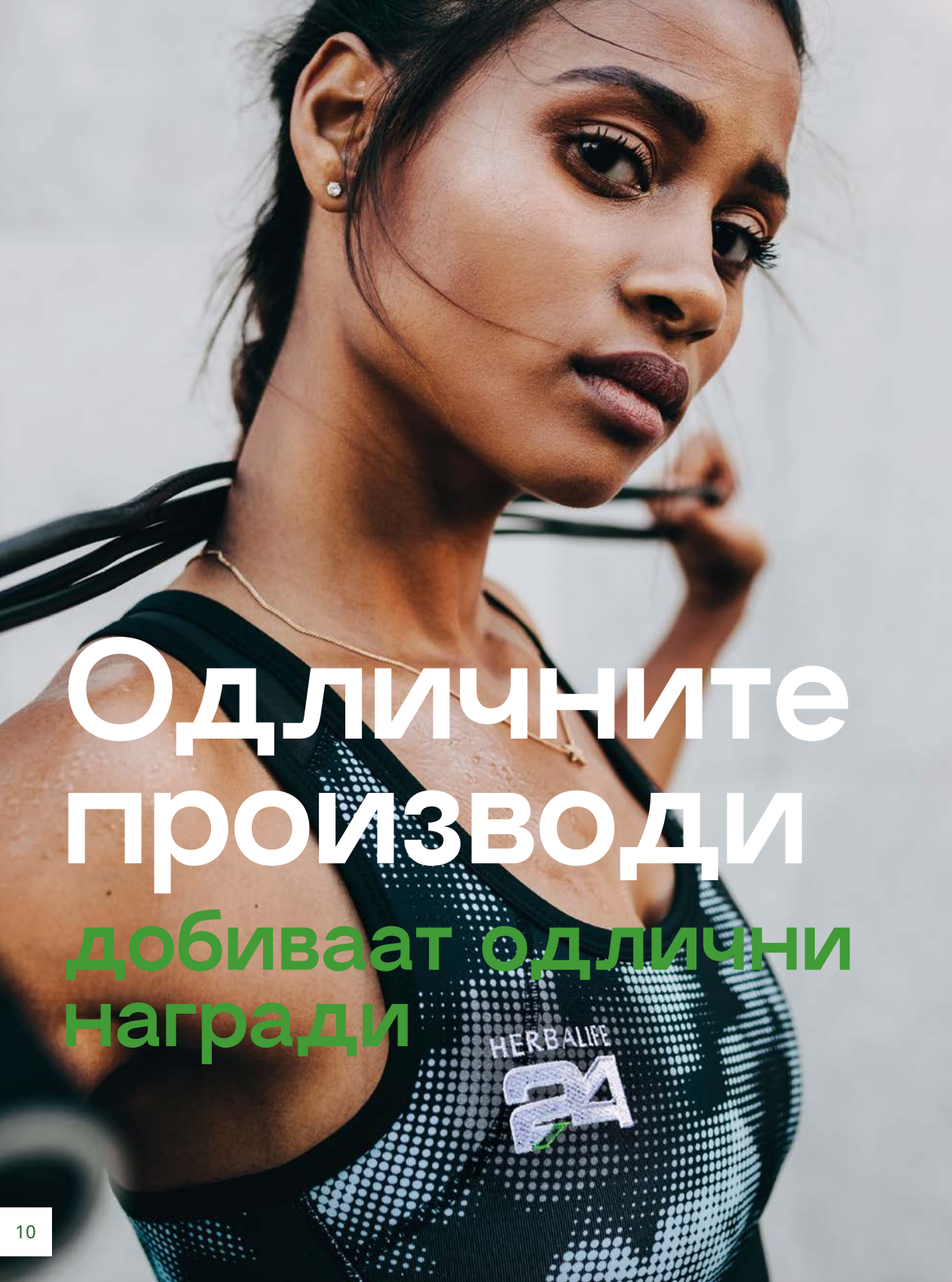
Врвни стручњаци

Нашите производи се поткрепени со наука и развиени од страна на глобална мрежа од над 300 доктори и стручњаци за исхрана, наука и здравје кои водат сметка за квалитет и строго придржување кон владини прописи. Се водиме по истражувањата, се фокусираме на квалитет без компромис и го обезбедуваме најдоброто на секое ниво.

Пробани и тестирани производи

Ги тестираме, ги ретестираме и потоа ги тестираме уште еднаш – ова е нашиот процес! Интерно и преку сертифицирани организации од трета страна, добиваме потврда дека нашите производи се најдобри во браншата.





Одличните
производи
добиваат одлични
награди

Нашата посветеност на иновации и наука ни овозможи нашите производи да добиваат награди од целиот свет.



Најиновативен производ за спортска исхрана

Food+ Awards, Турција.



Производ на годината

Health & Nutrition, Обединето Кралство.



Производ на годината

Белгија.



Најдобар заменски оброк

Fitness Award, Грција.



Производ на годината

Франција и Холандија.



Од семе



ДО ПРОИЗВОД

Одличните производи се создаваат од одлични состојки

Во Herbalife, гарантираме производи со највисок квалитет така што го следиме нашето производство „од семе до производ“ и процесот за гаранција на квалитет во склоп на нашата компанија.

Инвестираме во методи на одговорна обработка на земјата и нашиот тим од посветени научници и производители од целиот свет посветено ги набавуваат најдобрите сурови материјали. Секоја состојка поминува интерна анализа за да бидеме сигурни дека исполнува најстроги спецификации. Од фарми за чаеви во Кина, фарми за алоја во Мексико до фарми за соја во САД, ги користиме најдобрите состојки за да ги развиеме нашите извонредни производи.

Се вложуваат сите напори за да бидеме сигурни дека Herbalife производите ги исполнуваат или ги надминуваат нашите стандарди за квалитет и стандардите во нашата индустрија. Чистотата и нутритивната вредност на секоја состојка, како и интегритетот на процесите што ги следиме се најдобри без сомневање.



Нашите фармери
ги засадуваат
полињата



и ја обработуваат
земјата



за да
обезбедат



загарантиран
квалитет низ
целиот процес



пред производот
да стигне
кај вас

Исхрана за и за планетата

Herbalife Foundation (HNF)

HERBALIFE NUTRITION



Благодарение на поддршката од Членовите и на вработените, HNF обезбедува милиони долари што ги донира на 167 домови за деца без родители, болници, училишта и организации во повеќе од 59 земји. Само во 2021 г., им помогнавме на повеќе од 216.000 деца и нивните заедници.

Nutrition for Zero Hunger (NFZH)

Работиме на идејата „Да нема празни чинии“ [Zero Empty Plates]. Нашата иницијатива NFZH ја поддржува 2. цел за одржлив развој на Обединетите нации – Свет без глад. Оваа цел повикува на смела акција да ставиме крај на гладот до 2030 г., да обезбедиме безбедност на храната, подобрена исхрана и да промовираме одржливо земјоделство.



За да помогнеме во ова, им даваме поддршка на организации што се борат со овие проблеми, како што се „Feed the Children“, „The Hunger Project“ и „Power of Nutrition“.



луѓето

Правилен појадок

Почнете го денот со нашиот здрав и урамнотежен појадок – има одличен вкус, богат со нутриенти и се приготвува за неколку секунди.



1. Внесувајте хранливи материи

Формула 1 Nutritional shake mix

Обезбедете му ги на телото
потребните хранливи
материи со вкусен, кремат
Формула 1 шејк – хранлив
оброк, богат со нутриенти.



2. Одржувајте ја хидрацијата

Хербал Алое – Растителен концентрат од алое

Одржувајте ја хидрацијата со
чаша Хербал Алое – Растителен
концентрат од алое – сок од
алоја вера добиен во студена
постапка што е нискокалоричен
и природно освежува.



3. Освежете се

Инстант растителен напиток со екстракти на чај

Освежете се со чаша вкусен
Инстант растителен напиток
со екстракти на чај. Содржи
зелен и црн чај и 87,5 mg
кофеин во една порција.



Формула 1

Богат со висококвалитетен протеин од растително потекло и 25 есенцијални витамини и минерали. Нашиот Формула 1 хранлив шејк го има во осум неодрливи вкуса.

18 g
протеин*

5 g
растителни
влакна

25
витамини

Мала
количина
шекер

227
kcal**

Без
глутен

* Кога се приготвува со полумасно млеко

** Презентираните вредности се применливи F1 со вкус на Vanilla Crème.
Нутритивни вредности може да варираат во зависност од вкусот.



Со вкус на
Banana Cream
21 порција
550 g #4462



Со вкус на
Café Latte
21 порција
550 g #4465



Со вкус на
Cookie Crunch
21 порција
550 g #4467



Со вкус на
Raspberry & White
Chocolate
19 порции
500 g #4469

Корисниците велат

„Има убедливо најдобар
вкус и текстура“



Предлог за сервирање



Со вкус на
Smooth Chocolate
21 порција
550 g #4468



Со вкус на
Strawberry Delight
21 порција
550 g #4463



Со вкус на
Fruits of the forest
21 порција
550 g #4470



Со вкус на
Vanilla Crème
21 порција
550 g #4466

Корисниците велат

„Кога ќе
додадам
Протеински
напиток во прав
во Ф1 шејкот,
добивам вкусен
оброк со густа и
мазна текстура.“



Одличен оброк

За уште подобар
појадок, комбинирајте
Протеински напиток во
прав со Формула 1 и ќе
добиете хранлив појадок
со уште повеќе протеин,
растителни влакна и
помалку калории од
обичниот Формула 1 шејк.



Протеински напиток во прав и Формула 1 хранлив шејк



Ф1 со вкус на Vanilla Crème	21 порција, 550 g #4466
Со вкус на ванила	21 порции, 588 g #2600

Вегански начин на живот

Веганската исхрана повикува на внимателно планирање оброци со цел да се опфатат сите препорачани нутриенти што треба да се внесат на дневно ниво. Додатоци во исхраната со протеин, со витамини и минерали може да помогнат да го надоместите недостигот од овие нутриенти.



Планирајте однапред за да постигнете напредок

Кога сте на веганска исхрана, треба да надоместите за протеинот и есенцијалните аминокиселини што ги има во месото, како и витамин Д и калциум кои обично се внесуваат преку млечните производи.



Протеинот го има производи од растително потекло, како што се мешунки, леќа, интегрални житарки и тофу на база на соја. Меѓутоа, за разлика од повеќето видови протеин од животинско потекло, што се комплетни протеини зашто ги содржат сите девет есенцијални аминокиселини, производите од растително потекло не содржат една или повеќе аминокиселини (освен сојата). Затоа, неопходно е да се консумира разновидна храна. На пр., есенцијалните аминокиселини што ги нема во гравот, грашокот и леќата, ги има во интегралните житарки. И обратно, тоа што го нема во житарките, го има во мешунките.

Ако сте на веганска исхрана, треба да внесувате и додаток во исхраната за калциум, витамин Д, железо и витамин Б12 за да се задоволат потребите за есенцијални нутриенти. **Погледнете го делот за витамини и минерали (стр. 36-37).**

Клучни нутриенти



Калциум



Витамин Д



Железо



Цинк



Витамин Б12

Урамнотежување протеин

И зошто е тоа важно

Протеинот има повеќе важни функции во телото, па затоа е неопходно да го внесувате во соодветни количини врз база на телесната тежина и мускулната маса. Протеинот е макронутриент што е изграден од 21 основен составен елемент т.н. аминокиселини и придонесуваат за раст на мускулната маса и за одржување на мускулите и коските.



Правилна рамнотежа

Најточниот начин за да пресметате колку протеин треба да внесувате е чистата мускулна маса (телесната тежина без масти), но може да ја користите и целокупната телесна тежина како водич. За да пресметате со телесната тежина во килограми, помножете ја тежината со 1,5, и добиениот број ќе биде количината протеин што треба да ја внесувате изразена во грамови. Значи, некој што има 64 кг. треба да внесува околу 100 g протеин на ден.



Извори на протеин

Сојата е една од најдобрите извори на протеин од растително потекло зашто е комплетен протеин и ги обезбедува сите 9 есенцијални аминокиселини. Други извори на протеин се јатки, семки и мешунки, но овие се некомплетни протеини, затоа треба да користите повеќе извори за да ги постигнете корисните ефекти што секој од овие производи ги обезбедува. Може да бидете сигурни дека нашата линија здрави шејкови ги содржат сите комплетни протеини што се потребни за поддршка на потребите во однос на исхраната.



Зголемете го протеинскиот внес

Грубо кажано, производите со протеин што често се користат содржат околу 25 g протеин, а протеинските ужини (**на пр. Herbalife протеинските плочки**) содржат околу 10 g. За да си го зголемите протеинскиот внес може да внесете заменски оброк или протеински шејк, што ќе ви помогне да го надоместите недостигот од протеин и ќе го прилагодите според личните потреби. Пробајте ги **Формула 1 шејковите** или **Протеинскиот напиток во прав.**



Herbalife

Задоволете ги потребите за протеин

Лесно може да го одржувате протеинскиот внес.

Со нашата линија протеински производи на практичен начин ќе го постигнете препорачаниот дневен внес на протеин.





Протеински напиток во прав

Вкусен, висококвалитетен протеински шејк што може да се додаде во Формула 1 шејк или да се пие посебно.



Со вкус на ванила 21 порција, 588 g #2600

Формула 3 Персонализиран протеински прашок

Зголемете си го протеинскиот внес со само еден лесен чекор.



40 порции, 240 g

#0242



Паметни протеински ужини

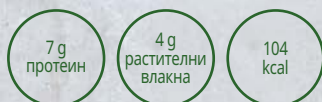
Спротивно на верувањата, ужината може да им помогне на луѓе што сакаат да останат во колосек со своите цели во однос на исхраната.

Покрај тоа, ова е уште еден начин на телото да му дадете гориво во облик на нутриенти! Клиничко истражување покажа дека луѓето јадат помалку во текот на денот кога имаат здрави ужини со контролиран број калории и во мали порции¹.



Гурманска супа од домати

Вкусна топла ужина со медитерански билки што брзо се приготвува и обезбедува 8 пати повеќе протеин од обичната супа од домати².



21 порција, 672 g

#0155



¹ Nijke et al (2016), Snack food, satiety, and weight. Adv. In Nutrition, 7(5).

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



Протеински плочки

Задоволете ги потребите за чоколадо со вкусна, високопротеинска ужина или почестете се кога вежбате.

10 g
протеин

Околу
140 kcal

Чоколада кикиритки	14 плочка x 35 g, 490 g #3972
Со вкус на ванила и бадем	14 плочка x 35 g, 490 g #3968
Со вкус на лимон	14 плочка x 35 g, 490 g #3976





Рецепти

Тукушто пристигна!

**Книгата Herbalife Рецепти
е пуштена во продажба!**

Ви подготвивме внимателно избрана колекција од 80 уникатни рецепти од Европа и Африка со кои ќе си го подобрите начинот на готвење, ќе го разбудите сетилото за вкус и во исто време на практичен начин ќе го снабдувате телото со потребните нутриенти. Од ужини за забави до оброци што ќе ви дадат гориво за тренинг и Wellness специјалитети, еден цел нов свет со иновативни јадења што треба да го откриете: полнети модри патлиџани со зеленчук, пилешки ватерзој, кускус со хариса, асаи каша и палачинки со кулинарска банана.

Содржи и популарни рецепти во подобрена нутритивна верзија. Ова се рецепти за паметен начин на исхрана, лесни и со богат вкус, плус ви даваат идеи како подобро да ги користите омилените Herbalife производи. Овој Готвач ќе ви разбуди чувство на задоволство во однос на храната што ќе го промени начинот на кој ги подготвувате и готвите оброците, а ќе ви го промени и начинот на кој пазарите.



Herbalife

Рецепти

A woman with dark hair is lying in bed, sleeping peacefully. She is wearing a light blue tank top. Her hands are clasped near her head. The room is dimly lit with a strong blue light source, creating a calm and serene atmosphere. The bedding is white, and the overall scene is intimate and relaxing.

Подгответе се за спиенење

Кога последно се наспавте убаво?

Спиенето е многу важно за физичката и психичката општа добра состојба зашто придонесува за мозочната функција, за расположението и за целокупното здравје. Ако како и други луѓе, и вие се мачите да го стижете мозокот, практикувајте ги овие чекори во дневната рутина и тоа ќе ви помогне да спиеите непрекинато, што навистина вреди.



Хранете се паметно

За добро варење на храната и за да немате киселини од кои нема да може да заспие, последниот оброк во денот јадете го три часа пред да си легнете.



Задолжително вежбајте

Знаеме дека вежбањето има бројни придобивки за здравјето, кога вежбаме во телото се лачи ендорфин од кој природно се чувствуваме добро, а со тоа телото се опушта и потонува во сон. Пробајте да практикувате вежби со низок интензитет како на пр., јога, пилатес или релаксирачка прошетка во приквечерните часови.



Подгответе се за одмор

Почитувајте го правилото за дигитална детоксикација – не користете компјутери или дигитални книги минимум еден час пред спиење – тука спаѓа и телевизор!



Ослободете се од стресот со техники за релаксација

Вечерта е одлично време за техники за релаксација. Одвојте си време за опуштање на умот и на телото со длабоко дишење, истегнување за опуштање и медитација.



Ставете си ред

Животните обврски може да ни попречат да одржуваме здрава рутина на спиење – потрудете се да си легнувате и да се будите во исто време секој ден за да стекнете рутина за спиење.

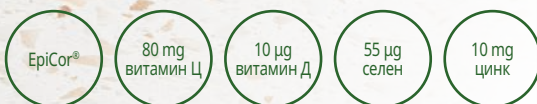
Паметна исхрана за имунолошкиот систем





Immune Booster

Богат со клучни витамини и минерали што придонесуваат за нормална функција на имунолошкиот систем. Тука спаѓаат: витамини Ц и Д, селен и цинк. Содржи и EpiCor®, научно докажана состојка од сув квасец. Над десетина објавени студии покажуваат дека ферментатот EpiCor® помага за здрав имунитет и здрави црева¹.



Со вкус на јагодесто овошје

10 x 3,7 g, 37, 7 g, #2273

¹ Седум објавени претклинички студии и осум објавени клинички истражувања кај луѓе.

Убаво испланирајте си го начинот на исхрана

Витамините и минералите се клучни микронутриенти што се неопходни за многу хемиски реакции што се случуваат во телото секој ден.

Урамнотежена исхрана е најдобар начин за да ги внесете овие нутриенти, но понекогаш е невозможно храната што ја јадеме да ја содржи потребната количина од нив. Додатоците во исхраната со витамини и минерали се практичен начин за да го постигнете препорачаниот дневен внес.



Комплекс од витамини и минерали за мажи и за жени

Дизајниран специјално за потребите на мажите и на жените, овој производ е целосна нутриционистичка поддршка со 24 клучни нутриенти, меѓу кои и микронутриенти, коишто телото не може да ги создава или да ги одржува. Создаден е да делува во комбинација со вашиот омилен Формула 1 шејк.*

Витамини
А и Ц

Рибофлавин
и магнезиум

Пантотенска
киселина

За мажи

60 брикети, 85,3 g #1745



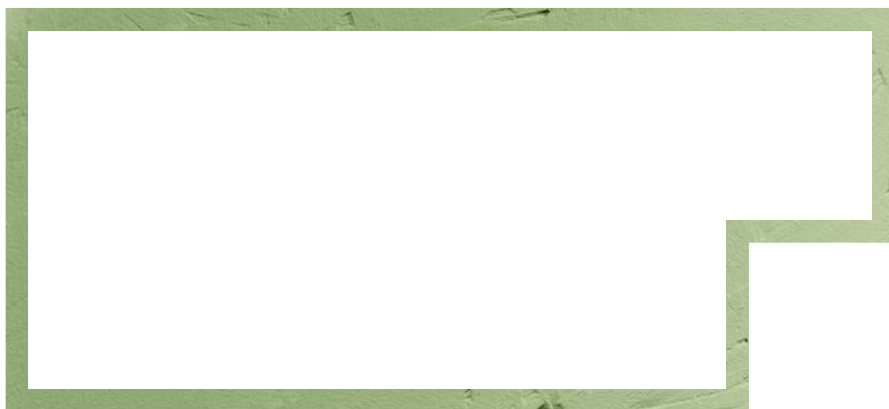
Витамини
B6 и B12

Калциум
и цинк

За жени

60 брикети, 85,3 g #2038

* Со една порција се постигнуваат 71 различен корисен ефект во однос на здравјето, од имунитет, оптимизирани физички и ментални перформанси, до здрави нокти, коса и кожа.



**Заситените масти се лоши.
Полинезаситените се добри...
Всушност е малку покомплицирано од ова.**

Во денешно време знаеме дека е важно да постигнеме рамнотежа меѓу омега 3 и омега 6 полинезаситени масти. Соодветна количина (250 mg на ден) од омега 3 масните киселини, EPA и DHA, придонесуваат за одржување нормална мозочна функција и нормален вид, како и за нормална срцева функција.

Западна исхрана

Со типичната западна исхрана се внесуваат многу повеќе вкупни масти и заситени масти, а недоволна количина здрави масти, како што се масти од риба, јатки, маслиново масло и авокадо.

Мастите се извор на многу калории и затоа со Филозофијата за исхрана на Herbalife Nutrition се препорачува да го ограничите внесот на масти на максимум 30 % од дневниот калориски внес. Рибиното масло придонесува за здрав мозок, затоа настојувајте неделно да јадете по две порции масна риба, како што се сардини, лосос или пастрмка.

Омега 3 масните киселини (EPA и DHA) со долг синџир што се наоѓаат во рибата, не се создаваат во телото и затоа мора да ги внесуваме преку исхраната. Овие масни киселини придонесуваат и за здраво срце. Не сте љубител на риба? Пробајте додаток во исхраната.



Herbalifeline® Max

Богат со омега 3
масни киселини



Овој моќен додаток во исхраната обезбедува зголемена количина омега 3 масни киселини, EPA и DHA (во една капсула¹), што придонесуваат за подобра функција на срцето¹, видот² и мозокот². Вегетаријанската капсула дополнително содржи есенцијални масла од мајчина душичка и нане за освежителен вкус.



© Рибино масло од одржливи извори акредитирано од „Friend of the Sea“. За повеќе информации, ве молиме одете на FRIENDOFTHESEA.ORG

Препорачана употреба



Одржување нормална
срцева¹ функција
Одржување нормален вид²
Одржување нормална
мозочна функција²



Одржување
нормални
нивоа
триглицериди
во крвта³



Одржување
нормален
крвен
притисок⁴

375 mg EPA
во една
капсула

250 mg DHA
во една
капсула

30 капсули, 42 g

#0043

¹ Во просек 3 пати повеќе EPA и DHA во споредба со сегашната Herbalifeline формула.

² Корисен ефект се постигнува со дневен внес на 250 mg EPA и DHA;

³ Корисен ефект се постигнува со дневен внес на 250 mg DHA.

⁴ Корисен ефект се постигнува со дневен внес на 2 g EPA и DHA.

⁵ Корисен ефект се постигнува со дневен внес на 3 g EPA и DHA; не треба да се надминува вкупниот дневен внес од 5 g EPA и DHA преку додатоци во исхраната.

На телото му требаат растителни влакна





Растителните влакна придонесуваат за одржување нормална гастроинтестинална функција.

Растителните влакна се вид јаглехидрати што не се разложуваат во дигестивниот систем, па затоа најголем дел од нив несварени поминуваат низ тенкото црево, при што се создава баласт.

И покрај тоа што претставуваат важен елемент на исхраната, просечен човек внесува помалку од половина од препорачаниот дневен внес од 25g. Нашите додатоци во исхраната што се богати со растителни влакна може да ни помогнат да си го подобриме дневниот внес, меѓутоа најдобро е постепено да се зголемува внесот на растителни влакна и притоа да се пие многу вода.



Beta heart®

Ја содржи клучната состојка OatWell® бета-глюкан од овес, што докажано го намалува или го регулира холестеролот во крвта. Измешајте 2 мерици со вода или со омилениот напиток или шејк.



* Во готов производ = 1 мерица (7,625 g) од производот со 250 ml вода

15 порции, 229 g

#0267



Oat Apple Fibre

Вкусен начин да да го зголемите дневниот внес на растителни влакна што придонесуваат за здрава дигестија, може да се пие приготвен со вода или во комбинација со омилениот Формула 1 шејк.



30 порции, 204 g

#2554

A woman is shown from the waist up, wearing a dark green, ribbed, strapless crop top and grey leggings. She is holding her hands over her midsection, with her fingers interlaced. The background is a solid light green color.

Внесувајте ги
потребните
бактерии

за здрава дигестија

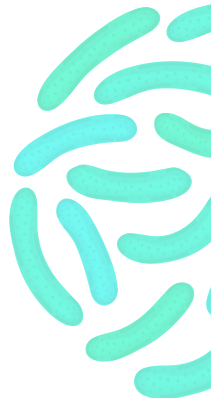
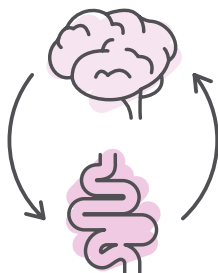


Идејата да внесувате бактерии не звучи привлечно сè дури не сфатите кои се корисните ефекти од нив и колку е лесно да ги додадете во исхраната!

Храната што ја јадеме игра важна улога за здравјето на цревниот тракт и на микрофлората во него, коишто работат заедно за да им помогнат на двата мозока да функционираат заедно во симбиоза. Токму така, имаме „втор мозок“ – нашиот комплексен дигестивен систем што испраќа и прима информации до нашиот „прв мозок“ и ги користи за да ја регулира дигестивната функција. Пребиотици се производи богати со растителни влакна, како на пр., овошје, зеленчук, мешунки и интегрални житарки, и се животна сила за пробиотиците со што влијаат врз други органи и системи во телото и на овој начин помагаат за одржување нормално ниво на шеќер во крвта и на холестерол. Човековото тело не може да разложува одредени јаглехидрати и растителни влакна, ова го прават микробите во цревниот тракт.

Извор на пребиотици

Поради денешниот брз начин на живот што го водиме, многумина од нас не внесуваат доволно храна што е добар извор на пребиотици. Во идеални услови, на телото му треба комбинација од пребиотици и пробиотици, па затоа е важно да внесуваме додатоци во исхраната. Пробиотиците го стимулираат растот и активноста на добрите бактерии во дигестивниот тракт – ова се истите бактерии што се внесуваат преку исхраната или додатоци во исхраната. Богат извор на добри бактерии е ферментирана храна, како на пр., кисело млеко или кефир, каде што шеќерот и јаглехидратите ги претвораат во киселини. Играат важна улога во подобрување на имунолошкиот одговор на телото и се смета дека имаат позитивно влијание врз расположението.



Вода со додадена вредност

При интензивни тренинзи, за телото е добро жедта да ја гасите со специјално дизајниран спортски напиток – за време на и по тренинг.

Повеќе минерали

Кога се потите, губите важни минерали, како што се натриум, хлорид и калиум. Тие често се нарекуваат електролити и се неопходни за телото. Спортските напитки го подобруваат внесот на течности и обезбедуваат магнезиум што придонесува за рамнотежа на електролитите при вежбање. Пробајте го **Herbalife 24 Hydrate**, некалоричен електролитски напиток.





Вода со вкус

Друг начин за да ја одржувате хидрацијата е да ѝ дадете вкус на водата. Пробајте го **Хербал Алое – Растителниот концентрат од алое** што содржи 40 % сок од алоја вера и му дава освежителен вкус на напитокот. Или почнете го денот со освежителен напиток од билки. **Инстант растителниот напиток со екстракти на чај е уникатен спој на екстракти на зелен чај, оранжов пеко и додадени екстракти на семе од кардамон и хибискус во прав. Една порција содржи 87,5 mg кофеин што ќе ви го подобри денот, плус ќе ви ја подобри и хидрацијата зашто умерена количина кофеин не ја намалува количината на вода во телото.**

Хидрација

Линија со

алоја вера

Хербал Алое Растителен концентрат од алое

Дајте ѝ освежителен вкус на водата
што ја пиете за да постигнете
соодветен внес на течности од
приближно 2 литра на ден.

40 %
сок од алоја
вера

Без
вештачки
бои

Со вкус на манго	473 ml #1065
Оригинален вкус	473 ml #0006



Хидрација Растителен напиток



Инстант растителен напиток со екстракти на чај

Разубавете си го денот со освежителен
напиток што содржи 87,5 mg кофеин.

- Уникатен спој на оранжов пеко –
традиционален црн чај и зелен чај со
екстракти на хибискус во прав и кардамон
- Може да се пие и топол и ладен

Нискока-
лоричен

Без
додаден
шекер

Со оригинален вкус

60 порции, 102 g #179K



Со вкус на лимон

30 порции, 51 g #180K



Со вкус на праска

30 порции, 51 g #181K

Направете си домашно спа

Грижата за себе е многу важна за општата добра состојба. Меѓутоа, немаме секогаш време или пари да одиме во спа центар, па затоа направете си домашно спа.



Опуштете се во пенлива бања

Запалете си една или две свеќи, пуштете си музика, наполнете ја кадата и додајте малку од омилената парфимирана купка или есенцијално масло без сулфати и опуштете се. Топлата бања ги опушта мускулите, ги отвора порите и го разбиструва преоптоварениот мозок.

Ако немате када, тогаш добро ќе ви дојде топол туш со пареа. На крај исплавете се со ладна вода и ќе забележите како ќе ви се затегне кожата!

Не заборавајте ја косата

Направете си третман и на косата ако ви е оштетена, сува или разлетана. Изберете регенератор според типот на коса и нанесете го на краевите на косата да отстои додека се бањате за да има време да ја нахрани косата и да ѝ ја подобри влажноста.

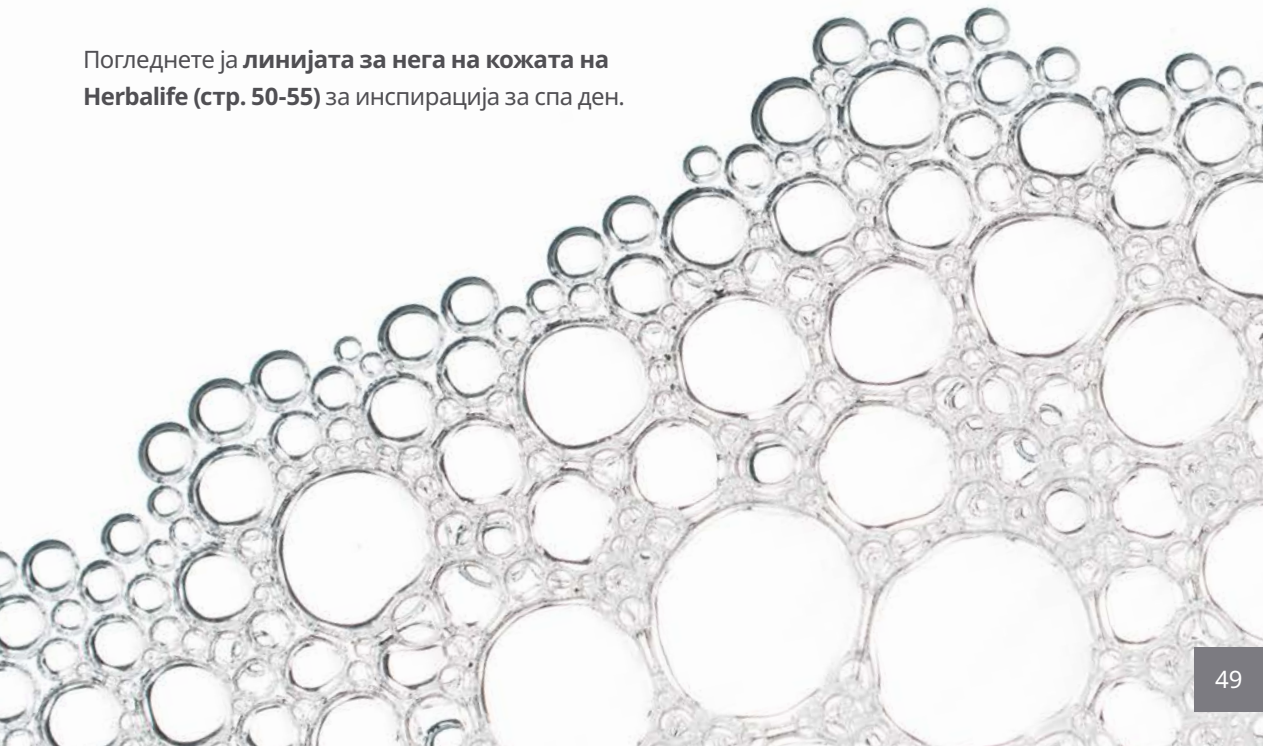
Погледнете ја **линијата за нега на кожата на Herbalife (стр. 50-55)** за инспирација за спа ден.

Негувајте си го лицето

Со добра маска за лице може да ги постигнете истите резултати како и во спа центар, плус ако ја нанесете додека се бањате, топлината и пареата ќе помогнат за да се отворат затнатите пори. Пробајте маска што содржи глина бентонит зашто има неверојатни својства за тонирање на кожата како и апсорбирачки својства.

Намачкајте се со хидрантен крем од глава до пети

Намачкајте се со хидрантен крем додека кожата е сè уште малку влажна и со тоа ќе ја задржите влажноста и кожата ќе ви биде свиленакосто мека. Времето што ќе си го издвоите за нега за себе е бесценето, без разлика дали е тоа пенлива бања за опуштање, маска за лице, читање книга или кратко опуштање со шолја чај.



Смирува

Смирувачки гел за чистење од алоја

Овој нежен гел за чистење ја прави кожата светла, мека и чиста.

150 ml

Нормална до сува кожа #0765



Чисти

Цитрусен гел за чистење и за измазнување на кожата

Микрогранулите за длабинско чистење ја освежуваат кожата и таа добива здрав сјај.

150 ml

Нормална до мрсна кожа #0766

Коше за убавина

Линијата Herbalife SKIN е клинички тестирана и формулирана со билки и витамини. Не содржи парабени и сулфати, создадена е со состојки како што се алоја вера, витамини Ц, Е и Б3 што придонесуваат за помека, помазна и посјајна кожа*

Тонира

Освежителен тоник од билки

Тоник за лице без алкохол, со алоја вера и мирис на мандарина, кој ја хидрира кожата и ја освежува уморната кожа.*

50 ml

#0767



Наменски делува

Серум за намалување брчки

Мултифункционалниот серум помага да се намалат видливите знаци на стареење.*

50 ml

#0829

Ревитализира

Гел што го зацврстува пределот околу очите

Го подобрува целокупниот изглед на пределот околу очите.

15 ml

#0770

Освежува

Маска за прочистување од глина и нане

Ги отстранува нечистотиите и ги апсорбира вишокот маснотии со апсорбирачкиот и тонизирачкиот ефект на бентонитот.*

120ml

Нормална до мрсна кожа #0773



* Тестиран врз испитаници со утврдување на цврстината и еластичноста со визуелна евалуација од страна на стручњаци во временски интервали од седум и 42 дена. Кај 45 % од испитаниците се гледа подобрување во цврстината/еластичноста на кожата под очите на 42 ден.



ШТИТИ

Заштитен хидрантен крем со заштитен фактор 30

Долготрајниот хидрантен крем ја прави кожата мазна и мека. Обезбедува заштита од УВ-А/УВ-Б зраците.

50 ml

#0828



Прави ексфолијација

Ексфолијант од бобинки што веднаш ја прави кожата помазна

Пилинг богат со антиоксиданси со семки од јагодичести плодови за ексфолијација, што кожата ја прави мека и мазна.

120 ml

#0772



Ја прави кожата раскошна

Ноќен крем за обновување на кожата

Овој богат, раскошен крем на кожата ѝ ја дава влажноста која ѝ е многу потребна навечер.

50 ml

#0827



Хидрира

Хидрантен крем за пределот околу очите

Ја минимизира појавата на ситни линии и брчки околу очите.

15 ml

#0771



Ја одржува влажноста

Дневен хидрантен крем што дава сјај

Сенаменски хидрантен лосион што на лицето му дава здрав сјај.

50 ml

#0830



Изберете алоја вера за појака коса и кожа

Генијална линија за нега на косата богата со билки и не содржи парабени и сулфати.



Herbal Aloe гел за миење раце и тело

- Хидрантните кремови што ја прават кожата трипати посвилена помагаат да се намали сувоста и длабоко ја хидрираат кожата
- Мешавината од екстракти од пустински билки го одржува здравјето на кожата

250 ml

#2561



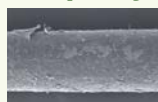
Herbal Aloe Балсам за зајакнување на косата

- Ги зајакнува влакната и по само една употреба им дава мек и свilen изглед
- Современ регенератор со пченичен протеин

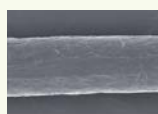
250 ml

#2565

Резултати од истражувања:



Пред употреба
Структурата на кутикулите е многу оштетена.



По употреба
Има значително подобрување во структурата на кутикулите.

Herbal Aloe Сапун за раце и тело

- Чисти нежно без да ги отстрани есенцијалните масла од кожата
- Мешавина од алоја вера, маслиново масло и витамини А, Ц и Е што ја храни кожата

125 g

#2566



Herbal Aloe Гел за смирување на кожата

- Содржи алоја вера и билки што ја кондиционираат кожата за да ѝ дадат влажност и за да ја смират
- Формула без мирис

200 ml

#2562



Herbal Aloe Лосион за раце и тело

- Клинички докажано ја хидрира и длабоко ја храни кожата
- Алоја верата и африканскиот ши путер брзо се апсорбираат и ја прават кожата мека и мазна

200 ml

#2563

Третирајте ја косата со интензивен третман за омекнување – оставете го Herbal Aloe балсамот 3 минути да се впије пред да го исплакнете за косата да ви биде мека и сјајна.

HERBALIFE

24

NUTRITION FOR THE
24-HOUR ATHLETE

Ослободете го својот потенцијал

Без разлика дали само сакате
лесно да ڏогирате или сте елитен
спортист, спортската линија
Herbalife24® се состои од производи
што ви требаат за да се подготвите,
да тренирате и да се опоравите.

Индивидуализирајте ја програмата Herbalife24



Употреба на производи	Rebuild Strength	Hydrate	Achieve	Протеински плочки
Наутро				
Пред тренинг				
За време на тренинг				
По тренинг				
Навечер				

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 has her arms raised. The background shows a large indoor facility with a high ceiling, ropes, and gym equipment.

Со ва

за да ви помогнам да



с сум

живеете најдобар живот.

Целта на Herbalife е да го направи светот посреќно и поздраво место. Целта на нашите Дистрибутери е да нудат личен и индивидуализиран пристап. Суштината на нашиот бренд не е само да ве советуваме за најдобрите производи, туку и да ви дадеме мотивација да направите промени во начинот на живот кон подобро. Покрај нашите производи ќе добиете и одговорен партнер и ментор како пријател што ќе ви дава совети и ќе биде покрај вас на патот кон вашите нутритивни и фитнес цели.

Инвестираме во вашиот успех и тоа е она што ние го нарекуваме „Разликата е во Дистрибутерите“.

Моќта на протеинот

Еве за што се работи

Протеинот е изграден од аминокиселини – главни составни елементи на мускулите, коските, кожата, ткивата и органите. Кога храната се вари, телото го разложува протеинот на поединечни аминокиселини што создаваат нови протеини – затоа е важно да внесуваме доволна количина протеин.

Го забрзува метаболизмот

Дали знаете дека телото користи повеќе енергија при варење храна со протеин отколку при варење храна со јагленхидрати? За да го натераме метаболизмот да работи повеќе треба да внесуваме оптимална количина протеин во текот на денот. Протеинот помага и за одржување мускулна маса, а мускулното ткиво троши енергија за да ја врши својата задача – контракција и релаксација – и затоа и ова е клучно за забрзување на метаболизмот.

Погледнете ја нашата H24 линија за производи што ви даваат поддршка на секое фитнес ниво.

Поддршка за опоравување и раст на мускулите

Редовно вежбање и соодветен протеински внес придонесуваат за раст на мускулната маса. Висококвалитетни протеини што ги содржат сите есенцијални аминокиселини се наоѓаат во протеинска храна од животинско потекло, како на пр., месо од живина, говедско месо, риба, млечни производи и јајца, а од веганската исхрана, во комбинација од мешунки, леќа, интегрални житарки и тофу на база на соја.

Протеин што ви одговара

Протеинските шејкови и додатоци во исхраната може да ви помогнат да си го подобрите протеинскиот внес, и без разлика на тоа за кој вид протеин ќе се одлучите – протеин од сурутка или протеин од растително потекло – и двата вида придонесуваат за зголемување на мускулната маса.

Покрај тоа што со нив се обезбедува урамнотежена исхрана, протеинските шејкови се практична опција за лица и спортисти кога се во движење.



“

„Неопходно е секој да внесува протеин,
особено оние што активно вежбаат.“

Ги подобруваме стандардите



Корисниците велат

„Имаат одлична текстура што не мора многу да се цвака.“

H24 Achieve Протеински плочки

Практична ужина по тренинг
што содржи 21 g протеин и ви
дава гориво за вашите цели.

Овие вкусни плочки имаат неодолив вкус на темно чоколадо.
Не содржат вештачки ароми и бои и одговараат за вегетаријанци!



Со вкус на темно чоколадо

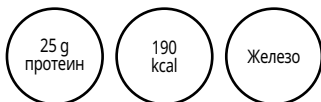
6 плочки по 60 g #150K

Од сила до сила



Rebuild Strength

Првокласен, високопротеински шејк за опоравување. Содржи протеин што придонесува за зголемување и за одржување мускулна маса, плус содржи железо што придонесува за одржување нормален енергетски метаболизам.



Со вкус на чоколадо
20 порции, 1000 g #1437

Формула 1 Спорт

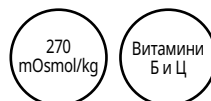
Шејк како заменски оброк на база на протеин од сурутка и казеин, одличен за луѓе што сакаат да имаат добро урамнотежена исхрана, а притоа да си ја регулираат телесната тежина и да бидат активни.



Со вкус на ванила крем
20 порции, 524 g #4461

Hydrate

Одржувајте го внесот на течности со овој некалоричен електролитски напиток што обезбедува 100 % ПДВ на витамин Ц, плус на витамини Б, калциум и магнезиум.



Со вкус на портокал
20 кесички x 5,3 g, 106 g #1433

ПОБЕДАТА ПОЧНУВА ОДНАТРЕ

ПОВЕЌЕ ОД 190 СПОРТСКИ
ТИМОВИ И СПОРТИСТИ
ВО ЦЕЛИОТ СВЕТ ГИ
КОРИСТАТ HERBALIFE24
ПРОИЗВОДИТЕ
ЗА НАЈДОБРИ
ПЕРФОРМАНСИ



HERBALIFE
24





Женски тим Тотенхем Хотспур

Спонзорирани спортисти



Дамир Џумхур Босна и Херцеговина

„Во спортот е важно да се откажете од многу работи, потребна е строга дисциплина и упорност. Секој нов тренинг треба да биде подобар од претходниот, а покрај редовни и ефикасни тренинзи, важна е и квалитетна и урамнотежена исхрана. Токму тоа го препознав во Herbalife производите.“

Професионален тенисер, член на Davis Cup тимот на Босна и Херцеговина

Ракометен клуб Целје Пивоварна Лашко Словенија

„Herbalife е веќе постојано присутен во елитниот спорт со своите производи, кои се исклучително квалитетни и се неопходен додаток во исхраната на елитни и на рекреативни спортисти. Среќни сме што Herbalife нè препозна како партнер со кого сака да создаде успешна приказна во Словенија.“

Мирослав Беницки, директор
на ракометниот клуб Целје
Пивоварна Лашко



Дарко Стошиќ Србија

„Ги користам додатоците во исхраната на Herbalife пред, за време на и по тренинг секој ден. Сакам да издвојам два производа – H24 Rebuild Strength за по тренинг и CR7 за време на тренинг за подобра хидрација. Ова ми се двата омилен додатоци во исхраната и силно ги препорачувам.“

Професионален MMA борец



ЗГОЛЕМЕТЕ ГО СВОЈОТ ПОТЕНЦИЈАЛ

БИДЕТЕ САМИ СВОЈ ШЕФ СО БРЕНД НА КОЈ МОЖЕ ДА МУ ВЕРУВАТЕ

Ниски почетни трошоци • Хонорарен приход • Попуст на производи
Гаранција за враќање на парите • Бидете дел од инспиративна заедница
Помагајте им на луѓето да си го подобрат животот • Целосна обука и поддршка

Исконтактирајте Herbalife Дистрибутер уште денеска за да дознаете повеќе.

За повеќе информации,
побарајте ме уште денеска:



НАПРАВЕНО ОД
100 %
РЕЦИКЛИРАНА
ХАРТИЈА

Herbalife 

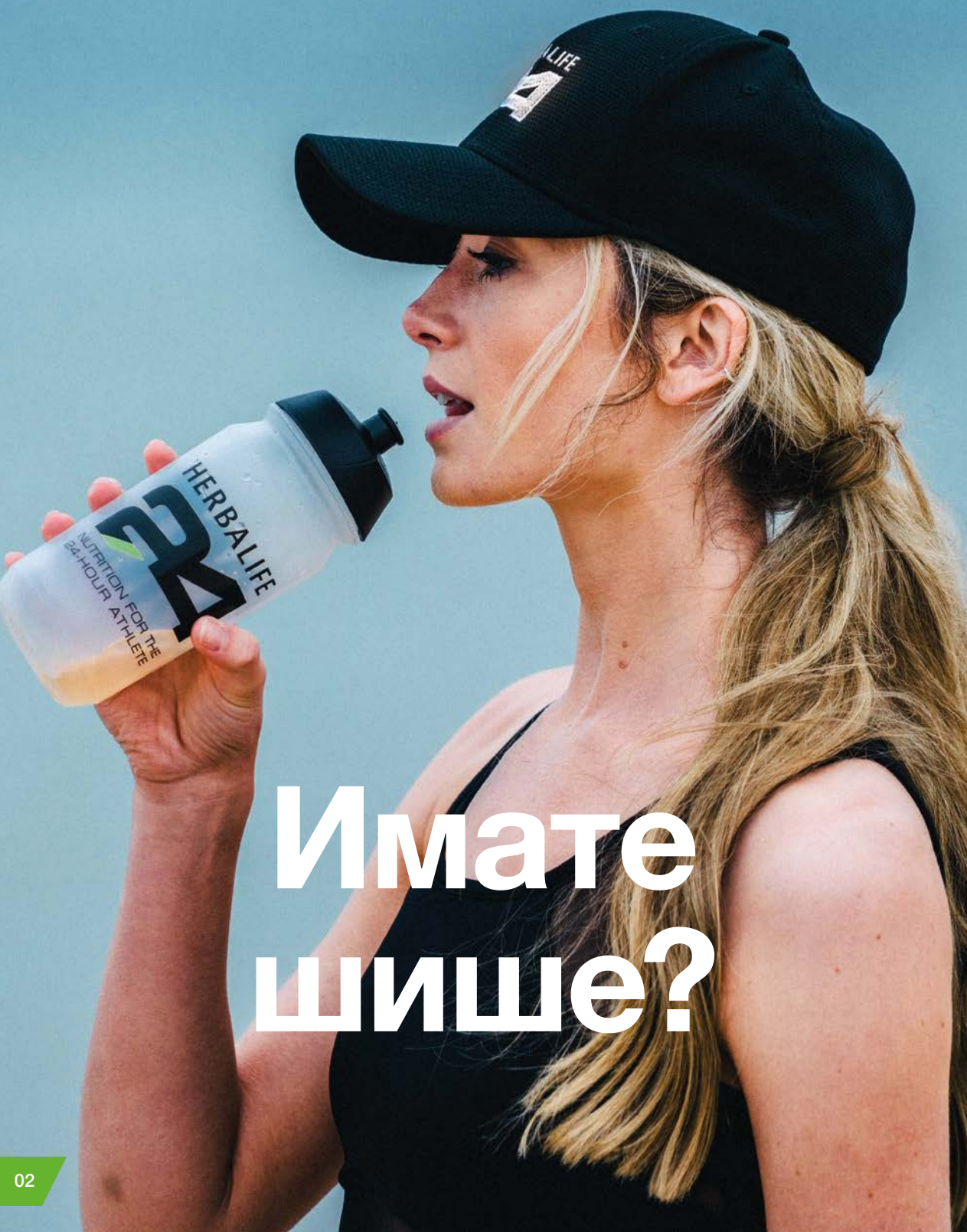


Herbalife[®]

СПИСОК СО ПРОИЗВОДИ

АПРИЛ 2023 г.





Имате
шише?

Нашата линија шејкери, шишиња и мерици ви помага лесно да ги користите нашите производи кога сте во движење.



Кутија за брикети

Мала

#A727



H24 Smart шејкер

#8705



НОВА Одржлива мерица

#1B42



Повеќеменаменска мерица

#247A

Шејкер во неонски бои

Син	#1042
Розов	#1044
Виолетов	#1045
Портокалов	#1043
Зелен	#1041



Список со производи

Страница
20/21



Формула 1

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

Страница
22/23
28/29



Протеински напиток во прав

Со вкус на ванила, 588 g	#2600
--------------------------	-------

Страница
28/29



Формула 3 Персонализиран протеински прашок

240 g	#0242
-------	-------



Гурманска супа од домати

672 g

#0155



Печени соини зрна

258 g

#3143



Протеински плочки

Чоколада кикиритки, 14 x 35 g

#3972

Со вкус на ванила и бадем, 14 x 35 g

#3968

Со вкус на лимон, 14 x 35 g

#3976



Immune Booster

Со вкус на јагедосто овошје, 10 x 3,7 g

#2273

Список со производи

Страница
36/37



Комплекс од витамини и минерали

За мажи, 85,3 g
За жени, 85,3 g

#1745
#2038

Страница
39



Herbalifeline® Max

42 g

#0043

Страница
40/41



Beta Heart®

229 g

#0267

Страница
40/41



Oat Apple Fibre

204 g

#2554

Страница
46



Хербал Алое – Растителен концентрат од алое

Со вкус на манго, 473 ml
Оригинален вкус, 473 ml

#1065
#0006

Страница
47



Инстант растителен напиток со екстракти на чај

Оригинален вкус, 100 g
Со вкус на лимон, 50 g
Со вкус на праска, 50 g

#0106
#0255
#0257

**Herbalife SKIN**

Смирувачки гел за чистење од алоја, 150 ml	#0765
Освежителен тоник од билки, 50 ml	#0767
Серум за намалување брчки, 50 ml	#0829
Цитрусен гел за чистење и за измazuвање на кожата, 150 ml	#0766
Гел што го зацврстува пределот околу очите, 15 ml	#0770
Маска за прочиштување од глина и нане, 120 ml	#0773

**Herbalife SKIN**

Хидрантен крем за пределот околу очите, 15 ml	#0771
Дневен хидрантен крем што дава сјај, 50 ml	#0830
Нокен крем за обновување на кожата, 50 ml	#0827
Заштитен хидрантен крем со заштитен фактор 30, 50 ml	#0828
Ексфолијант од бобинки што веднаш ја прави кожата помазна, 120 ml	#0772

**Herbal Aloe**

Лосион за раце и тело, 250 ml	#2563
Сапун за раце и тело, 1 сапун	#2566
Балсам за зајакнување на косата, 250 ml	#2565
Шампон за зајакнување на косата, 250 ml	#2564
Гел за миене раце и тело, 250 ml	#2561
Гел за смирување на кожата, 250 ml	#2562

**H24 Achieve Протеински плочки**Со вкус на темно чоколадо, 60 g **#150K****Линија Herbalife 24**

Формула 1 Спорт, со вкус на Vanilla Crème, 524 g	#4461
Rebuild Strength, со вкус на чоколадо, 1000 g	#1437
Hydrate, со вкус на портокал, 20 x 5,3 g, 106 g	#1433



НАПРАВЕНО ОД
100 %
РЕЦИКЛИРАНА
ХАРТИЈА

To find out more, contact me today:



2 C 4 1 M K