

MIX PROTEIN SHAKE

WAGA W NORMIE - ZDROWIE NA PLUS!



4 oddzielne produkty



4 „deserowe” smaki



4 konkretne kierunki
działania



OGÓLNE DZIAŁANIE:

POPRAWA SYLWETKI

REDUKCJA NADWAGI

UTRZYMANIE ŚWIETNEJ FORMY

SIŁA I ENERGIA

NADWAGA TO ZAWSZE DUŻE OBCIĄŻENIE DLA ORGANIZMU!

OGÓLNY STAN ORGANIZMU	ZANIECZYSZCZENIE ORGANIZMU	SERCE	STAWY
			
Nadwaga jest również dużym obciążeniem dla wszystkich ważnych dla życia układów w organizmie.	Zanieczyszczenie organizmu często jest główną przyczyną nadwagi.	Nadwaga zwiększa obciążenie układu sercowo-naczyniowego.	Nadwaga znacznie zwiększa obciążenie stawów.
↓	↓	↓	↓
Rezultat: wszystkie układy pracują na „wyższych obrotach”, co negatywnie odbija się na organach wewnętrznych.	Rezultat: zwalniają procesy usuwania złogów i toksyn, a waga rośnie.	Rezultat: wzrasta ciśnienie tętnicze i poziom cholesterolu, serce staje się słabsze.	Rezultat: nadmierne obciążenie prowadzi do szybszego zużywania się stawów i nieprzyjemnego bólu.
Rozwiązanie: CHOCOLATE MIX PROTEIN SHAKE	Rozwiązanie: STRAWBERRY MIX PROTEIN SHAKE	Rozwiązanie: CRANBERRY MIX PROTEIN SHAKE	Rozwiązanie: ICE-CREAM MIX PROTEIN SHAKE
			

MIX PROTEIN SHAKE

BIAŁKO JEST NAJWAŻNIEJSZYM MATERIAŁEM BUDULCOWYM W CAŁYM ORGANIZMIE

**KAŻDA KOMÓRKA ORGANIZMU
ZAWIERA BIAŁKA.**



**Białko steruje wieloma
procesami:**



- trawieniami,
- wymianą substancji,



- skurczami mięśni,
- zdolnością do wzrostu,



- zdolnością do rozmnażania,
- myślowymi.

Prawidłowy bilans białka zwierzęcego
i roślinnego zapewnia obecność
niezbędnych dla organizmu aminokwasów.

Idealna formuła
koktajli

**Mix Protein
Shake**

do

55%

koncentratu
białka serwatko-
wego

do

45%

koncentratu
białka ze
słonecznika

W jednej porcji koktajlu znajduje się

11

gramów
białka!

MIX PROTEIN SHAKE

IDEALNY BILANS BIAŁKOWY



**KONCENTRAT
BIAŁKA
SERWATKOWEGO
(do 55%)**

Białko serwatkowe to produkt o podwyższonej wartości biologicznej. Uzyskuje się je z serwatki z mleka.

Pod względem wskaźników wartości biologicznej ma ono przewagę nad pozostałymi białkami.

Skład aminokwasów w tym białku jest bardzo podobny do składu kwasów zawartych w mięśniach.



**KONCENTRAT
BIAŁKA
ZE SŁONECZNIKA
(do 45%)**

ZAWIERA:

- wszystkie aminokwasy endogenne i egzogenne;
- witaminy z grupy B i witaminę E;
- wapń, żelazo, potas, magnez.

**Niska zawartość tłuszczu - zaledwie 1,1%.
Wysoki stopień trawienia - 91%.**

MIX PROTEIN SHAKE

UNIKALNY SKŁAD

AMINOKWASY EGZOGENNE

AMINOKWASY BCAA – walina, izoleucyna, leucyna – wspomagają nasze ciało podczas stresu i wysiłku, stanowią materiał do produkcji energii, przyspieszają rozkład komórek tłuszczowych.

TRYPTOFAN – aminokwas wspierający pracę serca, który pozytywnie wpływa na perystaltykę jelit. Wspomaga prawidłowy sen, daje uczucie sytości i poprawia nastrój.

METIONINA odgrywa ważną rolę w syntezie białek, ma właściwości rozpuszczające tłuszcze, co pozwala zapobiegać odkładaniu się tłuszczu w wątrobie.

CYSTYNA – to materiał budulcowy dla białek i antyoksydant. Normalizuje metabolizm tłuszczów, bierze udział w regeneracji DNA.

FENYLOALANINA wspomaga zdrowie ośrodkowego układu nerwowego.

BEZ

SOI
GLUTENU
CUKRU
KONSERWANTÓW
SZTUCZNYCH
BARWNIKÓW



AMINOKWASY ENDOGENNE

GLUTAMINA wspomaga układ odpornościowy, dobroczynnie wpływa na tkankę mięśniową, utrzymuje objętość i strukturę mięśni.

GLICYNA normalizuje wymianę substancji, likwiduje stany wzmożonego napięcia, stymuluje pracę mózgu.

ARGININA poprawia nastrój i pomaga zwalczać depresję, chroni komórki przed starzeniem, sprzyja zwiększeniu odporności i wytrzymałości.

HISTYDYNA wspomaga wzrost i regenerację tkanek oraz zwiększa odporność. Bez tego aminokwasu organizm nie jest odporny na stres i depresję.

MIX PROTEIN SHAKE

UNIKALNY SKŁAD



MIKROELEMENTY

ŻELAZO jest składnikiem wielu enzymów i białek w organizmie człowieka, które są niezbędne dla procesów wymiany: rozkładu i utylizacji toksyn, wymiany cholesterolu, przekształcania kalorii w energię.

CHROM jest niezbędny dla syntezy węglowodanów. Aktywne i prawidłowe przyswajanie węglowodanów to podstawa braku nadmiaru tkanki tłuszczowej.

ANTYOKSYDANTY, WITAMINY I INNE SUBSTANCJE AKTYWNE

KWAS ASKORBINOWY (WITAMINA C) – pozytywnie wpływa na odporność, zdrowie i młodość skóry.

L-KARNITYNA L-TARTRAT – zwiększa wytrzymałość organizmu, likwiduje zmęczenie, odżywia komórki mózgu i poprawia funkcje myślowe, aktywuje wymianę tłuszczów.

HALURONIAN SODU – usprawnia produkcję kolagenu, wspomaga zdrowie stawów, nawilża skórę od wewnątrz.

PIKOLINIAN CHROMU – reguluje poziom cukru we krwi, wspomaga zdrowie stawów, serca, normalizuje wymianę tłuszczów.

BŁONNIK OWSIANY wpływa na czas przyswajania pożywienia, poprawia perystaltykę jelit.

WYCIĄG Z GUARANY – zawiera kofeinę, zwiększa potencjał energetyczny, poprawia procesy wymiany w organizmie, jest skutecznym spalaczem tłuszczu.

WYCIĄG ZE STEWII – naturalna substancja słodząca. Nadaje koktajlom delikatny i przyjemny smak.

SPORTOWE TRIO BCAA

SKŁAD KOKTAJLI ZOSTAŁ
UZUPEŁNIONY O NATURALNE BCAA

JEST TO GRUPA AMINOKWASÓW, W SKŁAD KTÓREJ
WCHODZĄ WALINA, LEUCYNA, IZOLEUCYNA.

AMINOKWASY BCAA to aminokwasy egzogenne,
które nie są syntetyzowane w organizmie człowieka
i mogą być dostarczane tylko z pożywieniem. Mają
bardzo korzystny wpływ na organizm.

BCAA SĄ WAŻNE DLA SPORTOWCÓW:

- uruchamiają syntezę białka i zmniejszają uszkodzenia włókien mięśniowych;
- wspomagają wzrost masy mięśniowej;
- dostarczają energii podczas treningów;
- zmniejszają bóle w mięśniach spowodowane intensywnym treningiem;
- redukują zmęczenie podczas długich zajęć sportowych;
- przywracają równowagę energetyczną.

SPORTOWCY
DOCENIĄ



POTRÓJNA SIŁA - DLA IDEALNEJ FIGURY!

AMINOKWASY BCAA:

- wspomagają kształtowanie sylwetki podczas zajęć na siłowni;
- pomagają uniknąć przejadania się - powodują uczucie sytości po spożyciu niewielkiej ilości jedzenia.

BCAA PODCZAS TRENINGÓW SĄ ŹRÓDŁEM
PALIWA, A PO NICH - REGENERUJĄ MIĘŚNIE
I ZMNIEJSZAJĄ UCZUCIE ZMĘCZENIA.

MIX PROTEIN SHAKE OD TIANDE ZMNIEJSZAJĄ
UCZUCIE GŁODU I APETYT NA SŁODKIE.

DZIEWCZYNY
TO POKOCHAJĄ!



REDUKCJA WAGI
+
KSZTAŁTOWANIE
SYLWETKI

MIX PROTEIN SHAKE OD TIANDE DLA KOGO?



DLA SPORTOWCÓW

Pomagają w kształtowaniu sylwetki.



DLA MŁODYCH OSÓB/STUDENTÓW

(często dieta zawiera nadmiar węglowodanów i niedobór białka)

Uzupełniają dietę w dobre białko, pomagają utrzymać piękną, wysportowaną sylwetkę i dobry nastrój.



DLA OSÓB STARSZYCH

(dieta często jest uboga w białko zwierzęce)

Uzupełniają dietę o niezbędny stosunek białka roślinnego i zwierzęcego.

Zwiększają energię, wspomagają pracę stawów, układu sercowo-naczyniowego i pokarmowego.



DLA WSZYSTKICH

BIĄŁKO JEST MATERIAŁEM BUDULCOWYM
W ORGANIZMIE!

CHOCOLATE MIX PROTEIN SHAKE



CHOCOLATE MIX PROTEIN SHAKE

ZADANIE GŁÓWNE: REDUKCJA WAGI + PIĘKNO

Ze wszystkich koktajli **Chocolate Mix Protein Shake** zawiera najwięcej składników aktywnych, których zadaniem jest redukcja wagi.

Chocolate Mix Protein Shake – dla osób:

które chcą pozbyć się kilku zbędnych kilogramów, poczuć przypływ energii i zdrowia

które nie mogą „skierować” wagę na właściwy tor

które chcą znacznie zredukować wagę. Pierwszy krok przed zastosowaniem koktajli o ukierunkowanym działaniu

Chocolate Mix Protein Shake

Moc składników, która aktywuje Ciebie na drodze do atrakcyjnej figury



Niska kaloryczność:
jedna porcja to zaledwie 50 kcal.

STRAWBERRY MIX PROTEIN SHAKE



- redukcja wagi
- oczyszczenie organizmu
- pomaga usprawnić perystaltykę jelit

Skład koktajlu jest uzupełniony o:

NATURALNE ZMIELONE OWOCE I SOK Z TRUSKAWEK – sprzyjają usuwaniu złogów i toksyn, pomagają unormować florę bakteryjną jelit;

INULINĘ – są to rozpuszczalne włókna pokarmowe, które poprawiają trawienie, florę bakteryjną, perystaltykę jelit;

HYDROLIZOWANY KOLAGEN – wspomaga procesy trawienne, motorykę jelit i poprawia stan ich błony śluzowej. Pozytywnie wpływa na wygląd zewnętrzny – zdrowie skóry, włosów i paznokci.



Niska kaloryczność:
jedna porcja to zaledwie 50 kcal.

Strawberry Mix Protein Shake: dla osób, które muszą zredukować wagę oraz wspomóc pracę układu pokarmowego.

CRANBERRY MIX PROTEIN SHAKE



- redukcja wagi
- wspomaga pracę i zdrowie serca

SKŁAD KOKTAJLU JEST UZUPEŁNIONY O:

NATURALNE ZMIELONE OWOCE I SOK Z ŻURAWINY – wzmacniają serce, mięsień sercowy i naczynia krwionośne, rozrzedzają krew;

ARGININE – reguluje tonus naczyń, uelastycznia je, wzmacnia układ sercowy i odpornościowy. Reguluje poziom hormonów i cukru we krwi;

TAURYNĘ – stabilizuje ciśnienie, chroni organizm podczas stresu i w stanach pobudzenia, pozytywnie wpływa na serce.



Niska kaloryczność:
**jedna porcja to
zaledwie 50 kcal.**

Cranberry Mix Protein Shake: dla osób, które muszą zredukować wagę oraz wspomóc pracę układu sercowo-naczyniowego.

ICE-CREAM MIX PROTEIN SHAKE



- redukcja wagi
- wspomaganie pracy stawów

SKŁAD KOKTAJLU JEST UZUPEŁNIONY O:
HYDROLIZOWANY KOLAGEN – sprzyja poprawie pracy układu pokarmowego, stanu więzadeł i stawów.



Niska kaloryczność:
**jedna porcja to
zaledwie 55 kcal.**

Ice-Cream Mix Protein Shake: dla osób, które muszą zredukować wagę oraz wspomóc pracę stawów.

MIX PROTEIN SHAKE



Nowe koktajle od TianDe

Idealne połączenie smaku, korzyści i wygody stosowania.

Głównym działaniem Mix Protein Shake jest przywrócenie prawidłowej wagi.

DODATKOWE BONUSY TO:

- wspomaganie pracy stawów;
- wspomaganie pracy układu sercowo-naczyniowego;
- wspomaganie pracy układu pokarmowego.

Redukcja wagi zawsze pozytywnie wpływa na zdrowie!





**KOKTAJLE MOŻNA ŁATWO
I SZYBKO PRZYGOTOWAĆ
W SHAKERZE.**

Po prostu dodaj
mleko lub wodę!



KORZYSTNIE, PROSTO I SZYBKO!

ZMIERZ ZDROWIE W CENTYMETRACH!



MIARA OD TIANDE – wygodne narzędzie, które pozwala śledzić dynamikę zmiany wagi.

MIARA POZWOLI TOBIE:

- z łatwością zmierzyć obwód talii;
- szybko obliczyć indeks masy ciała (BMI), oznaczając na skali wartości wzrostu i wagi;
- kontrolować postępy na drodze do idealnej figury.



BMI – INDEKS MASY CIAŁA:



- wskaźnik określający stosunek wzrostu do masy ciała;
- uznany przez dietetyków parametr do określania idealnej wagi.

ABY ZINTERPRETOWAĆ WARTOŚCI BMI, SKORZYSTAJ Z TABELI

BMI	STAN
Poniżej 18,5	Niedowaga
18,5-24,9	Norma
25,0-29,9	Nadwaga
30,0-39,9	Otyłość
Powyżej 40,0	SOS!

BMI – INDEKS MASY CIAŁA:

- wskaźnik określający stosunek wzrostu do masy ciała;
- uznany przez dietetyków parametr do określania idealnej wagi.



ABY ZINTERPRETOWAĆ WARTOŚCI BMI, SKORZYSTAJ Z TABELI

BMI	STAN
Poniżej 18,5	Niedowaga
18,5-24,9	Norma
25,0-29,9	Nadwaga
30,0-39,9	Otyłość
Powyżej 40,0	SOS!

Miara od TianDe pomoże Ci z łatwością obliczyć Twój BMI

- Znajdź na zielonej skali (obracające się koło) swój wzrost.
- Znajdź na białej skali (korpus miary) swoją wagę.
- Obracając zielonym kołem, połącz te wskaźniki.
- W polu BMI strzałka wskaże Twój indeks masy ciała.

NA PRZYKŁAD: WZROST 170 cm,
waga 80 kg.

BMI 28 – NADWAGA.

KONTROLUJ SWOJĄ WAGĘ!

Obwód talii to jeden z głównych wskaźników sygnalizujących obecność lub brak problemów ze zdrowiem.

JAK PRAWIDŁOWO ZMIERZYĆ OBWÓD TALII? (instrukcja WHO)

Obwód talii mierzy się w okolicy między dolną krawędzią ostatniego żebra a wierzchołkiem kości miednicy - grzebieniem biodrowym.

Podczas pomiaru miara powinna tworzyć nacisk odpowiadający 100 g.

Błędem jest mierzenie obwodu talii na poziomie pępka.

PRZY PRAWIDŁOWEJ MASIE CIAŁA OBWÓD TALII:
u mężczyzn powinien wynosić mniej niż 94 cm;
u kobiet powinien wynosić mniej niż 80 cm;

Jeśli wskaźnik ten jest wyższy, to trzeba zwrócić uwagę na swoje zdrowie!

SAMA MIARA ZAWIERA WYGODNĄ PODPOWIEDŹ!

KOLOREM OZNACZONO STREFY:

zielona – wszystko w porządku;

pomarańczowa – zwróć uwagę,
są problemy;

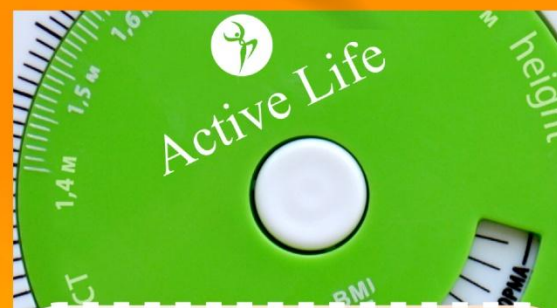
czerwona – nie zwlekaj, niezwłocznie
zajmij się swoim zdrowiem.



**MIARA MA DWIE STRONY:
DLA MĘŻCZYZN
I DLA KOBIET**



ŁATWO JĄ ZAŁOŻYĆ



**NACIŚNIJ PRZYCIŚK
I ZWIŃ MIARĘ!**

NOWA KOLEKCJA PRODUKTÓW DO RACJONALNEGO ODŻYWIANIA!

