



HERBALIFE NUTRITION

Produktbrochure – 2020: Issue #1



Lækre og næringsrige
produkter til en sund
og aktiv livsstil

Velkommen til **Herbalife** **Nutrition**



— HVAD INDEHOLDER DEN? —

Hvor balanceret ønsker du, dit liv skal være? 6-7

Se resultaterne fra vores undersøgelse, og hvordan du sætter dig realistiske mål.

Formula 1 16-17

Alt du har brug for at vide om den nye generation af Formula 1

Smarte proteinholdige mellemmåltider 20-21

Undgå usunde fristelser! Sørg for at have praktiske, næringsrige snacks i nærheden for at holde sulten væk imellem måltider og for at holde på motivationen.

Få mest ud af din krop 24-25

Uanset hvor gamle, unge, sunde eller aktive vi er, er det meget vigtigt at passe på kroppen og indtage essentielle næringsstoffer.

Herbalife SKIN 36-37

Klinisk testet for en strålende hud, der ser yngre ud.

Krops- & hårpleje 38-39

Fugtgivende og plejende med lindrende aloe vera.

Brug altid Herbalife Nutrition®-produkter som en del af en balanceret og varieret kost kombineret med en aktiv livsstil. Besøg venligst Herbalife.dk eller kontakt dit Selvstændige Herbalife Nutrition-medlem for yderligere information.

Why Herbalife Why Now

Kontakt din Forhandler, og hør mere om vores forretningsmulighed!

Fra jord til bord

Kvalitetsprodukter fremstillet til dig

Vi identificerer vores kunders behov og kombinerer disse resultater med seneste udvikling inden for videnskaben. Vores læger, forskere og ernæringseksperter arbejder derefter sammen med partnere i verdensklasse for at give vores kunder bedre ernæring. Herbalife Nutrition har investeret meget i nye laboratorier, testudstyr, faciliteter, ingredienser og forskningstalenter for at kunne overholde de strenge krav fra den internationale standardiseringsorganisation ISO (International Organisation for Standardisation) og NSF International.

Vores mål er, at balanceret ernæring skal være ukompliceret. For at opnå dette vælger vi at

investere i forskning. Vores videnskabelige ledelse (som omfatter David Heber, Ph.D, formand, Herbalife Nutrition Advisory Board) har brugt de sidste 3 årtier på at udvikle kaloriekontrollerede produkter af høj kvalitet, så din nye balancerede kostplan bliver nemmere at følge.

Fra en Nobelprismodtager* til den tidligere direktør for FDA**, hvert enkelt Medlem i Herbalifes Nutrition Advisory Board er førende inden for sit felt. Deres ekspertise giver dig tillid til vores produkter og sikrer, at videnskaben bag dem understøttes af videnskabelig litteratur og kliniske undersøgelser.



Vi bygger et globalt produktionsnetværk. Vores investering i faciliteter, teknologi og midler, kombineret med vores engagement i at fremstille flere produkter selv, styrker vores førende position inden for branchen og drift.

DAVID PEZZULLO, Herbalife Nutrition COO, Worldwide Operations

* Nobel Foundation har ingen tilknytning til Herbalife Nutrition og gennemgår, godkender eller anerkender dermed ikke Herbalife Nutritions produkter.

** Food And Drug Administration

Godt at vide

Herbalife Nutrition Innovation & Manufacturing-faciliteterne i Winston-Salem, North Carolina, strækker sig over imponerende 74.500 m² med en omkreds på 4,8 km, og udgør dermed Herbalifes største fabrik til dags dato. Den åbnede i 2014 og gør det nemmere for os at levere de allerbedste ernæringsprodukter til folk i hele verden.



Vores landmænd
dyrker deres jord



og kultiverer den



for at sikre,
at kvaliteten



garanteres
hele vejen,



indtil du står med
resultatet i dine hænder



Ingredienser med et formål

Vi er optaget af ansvarsfuldt landbrug og avancerede produktionsmetoder for at få så gode produkter som muligt. Vores hold af forskere og producenter fra hele verden har som mål at finde de allerbedste ingredienser.



Fremstillet med omhu

Vi går langt for at sikre os, at Herbalife Nutrition®-produkterne overholder eller overgår en lang række branchekrav i forhold til kvalitet. Du kan have tillid til at vores ingredienser er rene og gode, og du kan have tillid til at vores processer overholder retningslinjerne.



Ernæring leveret til dig

Vi anvender avanceret teknologi til at overvåge det miljø, hvor de færdige produkter opbevares, hvilket er med til at sikre, at de er lige så gavnlige og virkningsfulde, når du modtager dem, som da de blev produceret.

Spørg dig selv Hvor balanceret ønsker du, dit liv skal være?

At blive den bedste udgave af dig selv handler om langt mere end vægt. Folk har forskellige mål. Uanset om det drejer sig om sundhed, velvære, selvtillid eller konditionsniveau, så må du sætte dig nogle mål.

85 %

AF ALLE EUROPÆERE
SIGER, AT DE ØNSKER
AT HAVE EN
SUNDERE LIVSSTIL¹.

KUN 15 %

AF ALLE EUROPÆERE
FØLER, AT DE ER
"MEGET SUNDE"¹.

¹ Resultater baseret på Herbalife Nutritions forbrugerundersøgelse fra 2014, der involverede 15 lande, hvori der indgik 15.000 svar.



Hvad er dine fitnessmål?

Er dit ultimative mål en veltrænet, tonet krop? Er dit fokus at reducere din kropsfedtprocent, opbygge muskler og sikre, at din krop får det rette brændstof før, under og efter motion?

Hvad er dine vægtmål?

En fornuftig vægt kan ændre din livsstil fuldstændig, og selvom det kræver lidt viljestyrke, betyder det ikke, at du skal undvære alt det, du holder af.

Ved hjælp af Herbalife Nutritions økosystem har vi udviklet værktøjerne og den rette støtte, der hjælper dig med at nå dine mål samt høste fordelene ved god ernæring og regelmæssig motion.

Kunne du få glæde af en mere balanceret livsstil?

En sund og aktiv livsstil er fyldt med god ernæring. Den måde, du plejer din krop på, afspejles i dit overordnede velbefindende og din daglige udholdenhed.

For optimal velbefindende skal du vælge en balanceret kostplan og et træningsprogram, der passer til dine behov og komplementerer din livsstil, uanset hvor travl den er.

Positive historier

Jan Erik Lofstad, Norge

Gode sammensatte produkter, som giver god overskud i løbet af dagen. Også når jeg træner, og behagelig blød hud.



Charlotte Stærkær Nielsen, Danmark

Verdens bedste morgenmad! Det er den bedste beslutning, jeg har truffet for min krop. Alle burde starte morgenen med en shake.



Johanna Jansson-Nord Fd Schiller, Sverige

Det er hurtigt, godt og bidrager til personlig udvikling.



@HerbalifeDK



herbalifenordic

#HerbalifeNutrition
#MyHerbalifeShake



Optimer din ernæring

Dine mål og behov er unikke for dig.

Rejsen mod dine ønskede resultater starter med balanceret ernæring og sund aktivitet. Men bag de bæredygtige resultater ligger der dedikation og en plan om at få dig til at bevare energien, fokus og kontrollen.

Herbalife Nutrition-programmet, som dækker alle døgnets timer, hjælper dig med at nå det optimale niveau inden for disse seks ernæringsmæssige elementer, der udgør grundlaget for din succes. Disse løsninger er baseret på den seneste forskning og leveres til dig med personligt tilpasset støtte fra Herbalife Nutritions Forhandlerne.

1. Protein

2. Vitaminer & mineraler

3. Gode fedtstoffer

4. Fibre

5. Plantenæringsstoffer

6. Hydrering





Herbalife Nutrition ideel morgenmad

Hvor ofte springer du morgenmaden over eller snupper en kop kaffe med noget usundt til for at stilne sulten ud på formiddagen? En gang om ugen? To gange? Hver dag?

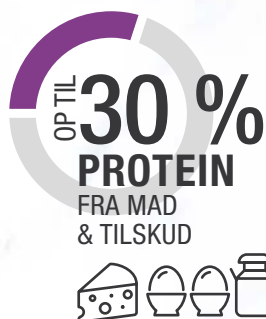
Morgenmad er dagens vigtigste måltid. Efter ca. 12 timer uden mad og drikke er det logisk, at morgenmad er døgnet's vigtigste måltid, da den forsyner kroppen med den fornødne energi, så du kommer godt i gang med dagen.

En balanceret regelmæssig morgenmad betyder*

- En mere balanceret kost, generelt set.
- En øget indtagelse af vitaminer og mineraler.
- Imødekommer anbefalinger for indtag af frugt og grønt

Hvad indeholder en balanceret morgenmad?

En ideel morgenmad hjælper dig med at få dækket den anbefalede daglige indtagelse, der består af:



Herbalife Nutritions ideelle morgenmad smager fantastisk, er fuld af næringsstoffer og kræver stort set ingen tilberedning. Og endnu bedre endnu! Den kan tilpasses dig og dine behov!



Næring

Nyd den cremede og lækre **Formula 1-shake** - med masser af smag, mens du fortsat har **styr på kalorierne**.



Væsketilførsel

Vær kreativ og opfrisk din **Herbal Aloe-drik** med friske frugter, grøntsager og krydderurter. Start dagen med en **unik personligt tilpasset smag**.



OPFRISKENDE

Vågn op til en **forfriskende Herbal Urtedrik** med 51 mg koffein, når du trænger mest til det.

Hør dit Herbalife Nutrition-medlem om, hvilken ideel morgenmad, der passer bedst til dig.

Prøvepakken er en god måde at prøve produkterne på, så du selv kan mærke forskellen.

Protein

Et protein er en nødvendig komponent i enhver kropscelle, et makronæringsstof, der består af 22 "byggesten" kaldet aminosyrer. Proteiner har forskellige funktioner i kroppen. De bidrager til øget muskelmasse samt til vedligeholdelse af muskelmasse og normale knogler. Det kan være vanskeligt at opretholde en balanceret kost og nå sine mål uden en tilstrækkelig mængde protein.

Sørg for at 30 % af de daglige kalorier består af proteiner. Når du dyrker motion, har kroppen brug for mere protein for at opbygge/opretholde muskler. Så husk, at proteinbehovet kan variere.



HVAD BØR JEG SÅ SPISE?

En kombination af vegetabiliske og animalske proteinkilder hver dag. Soja er en af de bedste vegetabiliske proteinkilder, fordi det er et såkaldt "komplet" protein, der indeholder den rette mængde essentielle aminosyrer. Andre vegetabiliske proteinkilder, såsom nødder, frø og linser er ikke "komplette" proteiner. Prøv derfor at kombinere dem, så du får lidt af alle aminosyrer.

Et lækkert, balanceret måltid

Måltidserstatninger til vægtkontrol indeholder essentielle mikro- og makronæringsstoffer (e.g. Vitamin D, Vitamin C, Zinc, Selenium). Desuden indeholder shaken en enestående balance af protein af høj kvalitet hvilket gør den til en perfekt måltidserstatning i forbindelse med vægtregulering.

Alle vores Formula 1 New Generation shakes er veganske, glutenfri, egnet til vegetarer og dækker mere end en tredjedel af din daglige anbefalede indtagelse af vitaminer og mineraler (e.g. Vitamin D, Vitamin C, Zinc, Selenium).

Du behøver ikke længere at vælge mellem næringsrige måltider og komfort – Formula 1 shakes er hurtige og nemme at tilberede!

Formula 1

- Måltidserstatninger er understøttet af videnskaben og udviklet af eksperter inden for ernæring
- Kliniske studier viser, at erstatning af ét hovedmåltid om dagen bestående af energireduceret kost med måltidserstatninger er med til at opretholde vægten efter vægtregulering
- Formula 1 Free From indeholder ikke laktose, soja og gluten, hvis den tilberedes efter anvisningerne

Vegetabiliske
ingredienser

GF



**Caffè
Latte**

21 portioner, 550 g
#4465



**Spiced
Apple**

21 portioner, 550 g
#4464



**Mint &
Chocolate**

21 portioner, 550 g
#4471



**Summer
Berries**

21 portioner, 550 g
#4470



**Banana
Cream**

21 portioner, 550 g
#4462



**Vanilla
Cream**

21 portioner, 550 g
#4466



**Smooth
Chocolate**

21 portioner, 550 g
#4468



**Strawberry
Delight**

21 portioner, 550 g
#4463



**Cookie
Crunch**

21 portioner, 550 g
#4467



**Vanilla
Cream**

30 portioner,
780 g
#048K



**Vanilla Cream
poser**

7 x 26 g
#053K



**Free From,
Vanilje**

21 portioner, 550 g
#3118



Vanilje

21 portioner, 588g
#2600

Protein Drink Mix

Protein Drink Mix er en rigtig god måde at supplere dit daglige proteinindtag på. Protein bidrager til vedligeholdelsen samt øgningen af muskelmasse og er med til at vedligeholde normale knogler.

- 15 g førsteklases proteiner
- Indeholder B-vitamin (thiamin, riboflavin og B12-vitamin) og kobber der bidrager til et normalt energistofskifte
- Velegnet til vegetarer

108
kcal



Original

40 portioner, 240 g
#0242

Formula 3 Personligt Proteinpulver

Sæt skub i proteinindtagelsen på en nem måde.

- Protein bidrager til at vedligeholde normale knogler og bidrager til øget muskelmasse
- 5 g protein pr. Portion
- Egnet til vegetarer

23
kcal





* Ingen af ingredienser stammer fra GM-afgrøder, hvilket er i henhold til gældende EU-lovgivning.

Smarte proteinholdige mellemmåltider

I modsætning til hvad man ellers skulle tro, så kan mellemmåltider være en hjælp for dem, der ønsker at kontrollere vægten.

De er desuden med til at give kroppen brændstof i form af næringsstoffer!

104
kcal

Gourmet-Tomatsuppe

Denne varmende suppe er klar i løbet af kort tid.

- 104 kcal pr. Portion
- Højt proteinindhold, som hjælper dig med at opbygge muskelmasse
- Skal blot blandes med varmt vand i forhold til vejledningen på produktetiketten
- Krydret med lækre krydderier fra Middelhavet



Tomat

21 portioner, 672 g
#0155

110
kcal

Ristede Sojabønner

Et balanceret, velsmagende mellemmåltid, som kan spises hjemme eller på farten. Ideel til kaloriekontrol.

- Proteiner hjælper dig med at opbygge muskelmasse
- 110 kcal hjælper dig med at regulere din kalorieindtagelse
- Praktiske portionsposer, som passer perfekt til, når du er på farten
- Lækre og letsaltede



Let saltet

12 portioner, 258 g
#3143



140
kcal

137
kcal

139
kcal

Proteinbarer

Har du en sød tand? Dæmp
trangen til chokolade med et
lækkert mellemmåltid med et
højt proteinindhold, eller nyd
denne næringsrige lækkerbissen
før eller efter træning.

- Ca. 139 kcal pr. Bar
- Indeholder 10 g førsteklasses
proteiner, som hjælper dig med
at opbygge muskelmasse
- Indeholder 16 g kulhydrater
pr. portion, som er med
til at forsyne dig med
brændstof, når du træner



Chokolade/peanut
14 x 35 g, 490 g
#3972



Vanilje/mandel
14 x 35 g, 490 g
#3968



Citrus/citron
14 x 35 g, 490 g
#3976

Vitaminer og mineraler

Vitaminer og mineraler er vigtige mikronæringsstoffer, som er nødvendige for mange af de kemiske reaktioner, som dagligt sker i kroppen. Mange mineraler – såsom kalcium og magnesium – spiller også en opbygningsmæssig rolle i kroppen.* Dog er det sådan, at kroppen ikke selv kan syntetisere alle de vitaminer og mineraler, den skal bruge for at kunne fungere optimalt, og derfor er det utroligt vigtigt, at spise korrekt.

En balanceret kost hjælper med at forsyne kroppen med vitaminer og mineraler, men det kan være svært at få alle de nødvendige næringsstoffer via kosten alene. Et dagligt vitamin- og mineraltilskud kan derfor være med til at sikre, at du får dækket den anbefalede daglige mængde af de forskellige vitaminer og mineraler.

HVAD BØR JEG SÅ SPISE?

Mange af de fødevarer, du spiser, indeholder essentielle vitaminer og mineraler. Af særligt næringsrige fødevarer kan nævnes frugt, grøntsager og korn. Hvert næringsstof spiller en særlig rolle i kroppens system, og derfor har mange gavn af at øge mængden af forskellige vitaminer og mineraler. Spinat er rig på C- og E-vitamin, hvilket er med til at beskytte cellerne mod oxidativt stress, hvorimod fosfor og kalcium, som findes i mælk, yoghurt og kerner, er med til at understøtte normale knogler. B-vitamin hjælper kroppen med at omdanne kosten til brændstof**, og K-vitamin bidrager til normale knogler og understøtter normal blodkoagulering.

* Kalcium og magnesium er nødvendige for vedligeholdelsen af normale knogler og tænder.

** Vitamin B1, B2, B3, B5, B6 og B12 bidrager til et normalt energigivende stofskifte

Vitamin- & Mineraler mænd og kvinder

For kvinder:

- Vitamin B6 bidrager til at regulere hormon aktiviteten.
- Vitamin B12 bidrager til et normalt energistofskifte.
- Calcium er nødvendigt for vedligeholdelse af normale knogler.
- Zink bidrager til at vedligeholde en normal hud, et normalt hår og normale negle.

For mænd:

- Vitamin A og C bidrager til immunsystemets normale funktion.
- Magnesium bidrager til en normal muskelfunktion.
- Riboflavin bidrager til et normalt energistofskifte.
- Pantothensyre bidrager til en normal mental ydeevne.

Formula 2 Multivitamin & mineraler er blevet udviklet til at tilføre kroppen essentielle næringsstoffer i rette mængder. Kontakt dit Medlem for mere information.

Til mænd	60 tabletter, 84,3 g	#1745
Til kvinder	60 tabletter, 84,3 g	#2038



Hormonaktivitet



Normale knogler



Energistofskifte



Hud, hår og negle



Immunforsvar



Energistofskifte



Muskelfunktion



Mental ydeevne

Få mest ud af din krop

Uanset hvor gamle, unge, sunde eller aktive vi er, er det meget vigtigt at passe på kroppen og indtage essentielle næringsstoffer.

På trods af de bedste intentioner indeholder din kost måske ikke næringsstoffer nok. Her kan kosttilskud hjælpe, da de kan sikre, at kroppen får den rette brændstof. Vitaminer og mineraler (eg. calcium, magnesium og B-vitaminer (B1, B2 og B6)** er med til at understøtte overordnet sundhed og vitalitet, og spiller en vigtig rolle i kroppens vækst og udvikling.

Thermo Complete®

- En unik blanding grøn te og yerba maté
- C-vitamin bidrager til at mindske træthed og udmattelse**

90 tabletter, 78,9 g

#0050

C-
Vitamin

50 mg
koffein



* RI = Referenceindtag

** Kalcium og magnesium er nødvendige for vedligeholdelsen af normale knogler og tænder. Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin B6 som bidrager til et normalt energistofskifte

*** Indeholder koffein. Bør ikke indtages af børn eller gravide (50 mg / 2 tabletter). Overskrid ikke den anbefalede daglige dosis. Gravide og personer med højt blodtryk eller hjertekarsygdomme bør rådføre sig med en læge før anvendelse af produktet. Produktet bør ikke anvendes mere end 6 uger uden lægelig rådgivning.

Xtra-Cal®

Et dagligt calciumtilskud med D-vitamin og magnesium

- Indeholder calcium, som er nødvendig for vedligeholdelsen af normale knogler og tænder
- Indeholder mere end 100 % af RI* (næringsstofreferenceværdi) for calcium, hvilket hjælper dig med at få dækket dit daglige behov for calcium
- Indeholder også magnesium, kobber, mangan og zink

90 tabletter, 131 g

#0020

D-vitamin

Kalcium &
Magnesium





Cell Activator

Til energi- og kulhydratsstofskifte

- Særlig sammensætning, som indeholder B-vitaminer (B1, B2 og B6), mangan og kobber, som bidrager til et normalt energistofskifte
- Indeholder zink, der bidrager til et normalt kulhydratsstofskifte
- Mineralerne zink, kobber og mangan er også med til at beskytte cellerne mod oxidativt stress

90 kapsler, 48,1 g

#0104

B-vitaminer
(B1, B2 og B6)



N-R-G - Naturens Rå Guarana

- Hver tablet indeholder 32 mg koffein

60 tabletter, 61,2 g

#0124

32 mg
koffein



LiftOff® - Brusende Kosttilskud

- Kosttilskud, når som helst og hvor som helst
- 10 kcal pr. portion
- 100 % af den anbefalede daglige tilførsel af C-vitamin, som bidrager til at mindske træthed og udmattelse
- 100 % af den anbefalede daglige tilførsel af B-vitaminer (B1, B2, B3, B5, B6, biotin) som bidrager til et normalt energistofskifte
- Indeholder koffeinpulver og naturlig koffein fra guarana
- Hver portion indeholder 75 mg koffein*

Citron-lime, 10 poser x 4,5 g

#3152

B-vitaminer
(B6, B12,
biotin)

10
kcal

75 mg
koffein



* Indeholder koffein. Bør ikke indtages af børn eller gravide* (75 mg koffein pr. anbefalet daglig dosis).

Fedtstoffer

Kroppen har brug for små mængder fedt for at kunne fungere optimalt. Der er dog forskel på, hvilke fedtstoffer der er gode for dig, og hvilke der ikke er gode. Umættet fedt (f.eks. flerumættet fedt såsom omega-3) menes at være bedre, da disse fedttyper kan være med til at holde triglyceridtallet på et normalt niveau*. En kost med et højt indhold af mættet fedt (fra forarbejdede mellemmåltider og animalske fødevarer) kan forårsage en stigning i kolesteroltallet.

Idet fedtstoffer er en meget koncentreret kilde, anbefaler Herbalife Nutrition-løsningen, at op til 30 % af din daglige mængde kalorier stammer fra fedt, og her lægges der stor vægt på, at dette stammer primært fra de lødige fedttyper. En typisk vestlig kost indeholder langt mere fedt og mættet fedt, end vi reelt behøver.

Hvad bør jeg så spise?

De gode fedtstoffer tæller bl.a. dem, der findes i fisk, nødder, olivenolie og avocado. Sørg for at få omega-3, da det er godt for dig. Stil efter at spise fisk mindst to gange om ugen, herunder en portion fed fisk såsom laks eller makrel, som del af en balanceret kost. Et kosttilskud kan ofte være nyttigt i forhold til at opnå fordelene ved EPA og DHA (omega-3 fedtsyrer). De bidrager til vedligeholdelsen af en normal hjertefunktion**, en normal hjernefunktion og et normalt syn¹ såvel som et normalt blodtryk⁴ og et normalt triglyceridniveau i blodet³.

* DHA og EPA bidrager til at vedligeholde normale triglyceridniveauer i blodet. Den gavnlige effekt opnås ved en daglig indtagelse på 2 g EPA og DHA.

** EPA and DHA contribute to the normal function of the heart (the beneficial effect is obtained with a daily intake of 250 mg of EPA and DHA).

Herbalifeline Max®

Et kosttilskud, der indeholder bæredygtigt fremskaffet fiskeolie med et højt indhold af omega 3-fedtsyrer (EPA og DHA). HØJERE indhold af EPA og DHA pr. kapsel¹, som gavner hjertet¹, synet² og hjernen².

- Bæredygtigt fremskaffet fiskeolie, som er godkendt af Friend of the Sea
- Vegetarisk gelékapsel
- Hver kapsel indeholder 375 mg EPA og 250 mg DHA
- DHA bidrager til at vedligeholde en normal hjernefunktion og et normalt syn²
- EPA og DHA bidrager til en normal hjertefunktion¹ såvel som til at vedligeholde et normalt triglyceridniveau i blodet⁴
- Indeholder essentielle olier fra timian og pebermynte, som giver en frisk smag



DAGLIG BRUG



- ✓ Bidrager til en normal hjertefunktion¹
- ✓ Bidrager til at vedligeholde et normalt syn²
- ✓ Bidrager til at vedligeholde en normal hjernefunktion²



- ✓ Bidrager til at vedligeholde et normalt triglyceridniveau i blodet³



30 kapsler, 42 g
#0043

¹ I gennemsnit tre gange mere EPA og DHA sammenlignet med den nuværende Herbalifeline-sammensætning.

² Den gavnlige effekt opnås ved en dagligt indtagelse på 250 mg EPA og DHA.

³ Den gavnlige effekt opnås ved et dagligt indtag på 250 mg DHA.

⁴ Den gavnlige effekt opnås ved et dagligt indtag på 2 g EPA og DHA.

Fibre

Fibre er en type (ufordøjelige) kulhydrater som spiller en vigtig rolle i en normal fordøjelse¹. Der findes to typer fibre: Uopløselige og opløselige.

Ulig andre komplekse kulhydrater kan fibre ikke nedbrydes i vores fordøjelsessystemet, så størstedelen af dem passerer ufordøjede gennem tyndtarmen som fyldstof.

Fibre er den vigtigste kostfaktor i forhold til opretholdelsen af et normalt fungerende mavetarmsystem¹, og voksne anbefales at indtage 25 g fibre om dagen². Undersøgelser viser, at i visse europæiske lande, fiberindtaget er mindre end halvdelen af den anbefalede daglige mængde³. Har du et lavt fiberindtag, bør du øge det gradvist og drikke masser af vand.

Havre Æblefiberdrik

En lækker måde at øge din daglige fiberindtagelse og understøtte fordøjelsen på¹. Nu sukkerfri¹!

- 5 g fibre pr. portion
- Lavt kalorieindhold – 18 kcal pr. portion
- 6 fiberkilder
- Indeholder både opløselige og uopløselige fibre
- Sukkerfri sammensætning uden kunstige sødestoffer
- Nydes med vand eller frugtjuice

18
kcal



Æble
30 portioner, 204g
#2554

Fiber Og Urtetabletter

Fibertilskud, der hjælper dig med at nå den anbefalede daglige mængde fibre på 25 g².

- Indeholder havrefibre og persille
- Indeholder 3g fibre pr. daglig anbefalet portion

¹ Fibre fra havrekorn bidrager til at øge afføringens volumen.

² EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition, and Allergies (NDA). EFSA Journal 2010; 8(3):1462.

³ Nutr Res Rev. 2017 Jul 5:1-42.

⁴ Indeholder 0,1 g naturligt forekommende sukker.

Beta heart®

Beta heart® indeholder hovedingrediensen OatWell™ havrebetaglukan – som har vist sig at sænke* eller opretholde blodets kolesterolindhold.**

- 3 g betaglukaner bidrager til reduktion* af blodets kolesterolniveau
- 1,5 g betaglukaner hjælper med at opretholde** et normalt kolesterolindhold i blodet. (1 måleskefuld)
- Bland 2 spiseskefulde med vand eller din yndlingsdrik
- Sukkerfri
- Ingen kunstige sødemidler
- Højt fiberindhold (3 g pr. måleskefuld)
- 25 kcal pr. måleskefuld

* Betaglukan fra havre har vist sig at sænke/reducere kolesterolindholdet i blodet. Et højt kolesteroltal er en risikofaktor i forhold til udvikling af hjertekarsygdomme. Den gavnlige virkning opnås ved at indtage 3 g havrebetaglukan om dagen. Hjertekarsygdomme har flere risikofaktorer, og ændring af en af disse kan evt. have en gavnlig effekt.

** Betaglukaner bidrager til at vedligeholde et normalt kolesterolniveau i blodet. Den gavnlige effekt opnås ved en daglig indtagelse af 3 g betaglukaner fra havre, havrekli, byg, bygklid eller fra en blanding af disse betaglukaner.

OatWell™ er et varemærke tilhørende DSM.



**Fiber Og
Urtetabletter**

180 tabletter, 162g
#3114

Beta Heart - Vanilje
30 portioner, 229 g
#0267

Væske

Vores krop består af 60 % vand, og langt de fleste kemiske reaktioner i kroppen kræver vand. Vand bidrager også til opretholdelsen af en normal regulering af kroppens temperatur og normale fysiske og kognitive evner**. Størstedelen af de kemiske reaktioner i kroppen sker også i vand.* Hvis du ikke får væske nok, kan det føre til negative reaktioner i kroppen, så for at opretholde normale og kognitive funktioner, så prøv derfor at få dækket den anbefalede daglige mængde på ca. 2 liter væske. Det bedste er at drikke vand, men drikkevarer såsom frugtjuice og urtete tæller også i det daglige væskeregnskab. Bemærk, at fødevarer med et højt væskeindhold også er med til at opretholde væskebalancen. Sørg for at drikke mere væske, når du dyrker motion, eller når det er varmt udenfor, så du kan erstatte den væske, du mister, når du sveder.*

* EFSA Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies. EFSA Journal 2010; 8(3):1459.

** In order to obtain the claimed effect, at least 2,0 L of water, from all sources, should be consumed per day.

Herbal Aloe-Urtekoncentrat

En lækker drik med et lavt kalorieindhold, som hjælper dig med at opretholde væskebalancen. Du skal blot tilsætte vand, og du har et godt alternativ.

- Indeholder 40 % aloe vera-saft, som er udvundet af hele aloe vera-blade
- Aloe udvindes ved hjælp af en koldbearbejdningsproces, som er den bedste måde at opnå den optimale kvalitetsgelé på
- Opfrisk vandet med en lækker smag, så det bliver nemmere at få dækket det daglige væskebehov på ca. 2 liter
- Mangosmag uden tilsat sukker og kunstige smags- eller farvestoffer
- Fås også i den originale smagsvariant med et naturligt twist af citrus uden kunstige sødemidler eller farvestoffer



40 %
Aloe Vera



Herbal Aloe-Urtekoncentrat
31 portioner, 473 ml
Original #0006



Herbal Aloe-Urtekoncentrat
31 portioner, 473 ml
Mango #1065

Instant Urtedrik

Vågn op til en forfriskende Urtedrik, der er med til at øge din koncentrationsevne, når du har brug for det. Den smager godt, uanset om den nydes varm eller kold og har et lavt kalorieindhold og er fyldt med grøn og sort te.

- Lavt kalorieindhold med ca. 6 kcal pr. Portion
- En unik blanding af orange pekoe – en traditionel sort te og grøn te med ekstrakt af katostblomst, hibiscusblomst og kardemommefrø
- Vores grønne te er vandudvundet for at give dig det fulde udbytte af alle egenskaberne ved grøn te.



Original
58 portioner, 100 g
#0106



Original
29 portioner, 50 g
#0105



Citron
29 portioner, 50 g
#0255



Hindbær
29 portioner, 50 g
#0256



Fersken
29 portioner, 50 g
#0257

Lækker varm drik

Kog **1 liter vand** og tilsæt dine yndlingsbær. Tilsæt **2 teskefulde Urtetedrik med hindbærsmag**. Lindrende og varm, den perfekte forkælelse, som ikke giver dårlig samvittighed, til en afslappende aften.

Protein	Kcal	Fedt	Kulhydrater
0,2g	6	0g	1,3g



Kølede iste

Berig **1 liter vand** med granatæble og et par skraver appelsin, og lad det stå i køleskabet natten over. Tilføj **is, 2 teskefulde Urtetedrik med citronsmag og frisk granatæble**. Forfriskende citrusmag, perfekt til de varme sommerdage.

Protein	Kcal	Fedt	Kulhydrater
0g	6	0g	1,4g



SKIN | Rens, ton, plej, målret og fugt



Firming Eye Gel / 15ml - #0770

Hjælper med at forbedre den sarte hud omkring øjnene ved at øge hudens fasthed og elasticitet.*

Energising Herbal Toner ☀️🌙 / 50ml - #0767

Toner beriget med aloe vera og uden alkohol med en duft af mandarin, som giver huden fugt og genopfrisker en træt hud

Line Minimising Serum ☀️🌙 / 50ml - #0829

Dette multifunktionelle serum hjælper med at reducere hudens synlige ældningstegn*

Purifying Mint Clay Mask / 120ml - #0773

Denne righoldige, cremede lermaske har bentonitlerens absorberende og opstrammende effekt. Den fjerner snavs og absorberer overskydende fedt fra huden

💧 [Normal Til Fedtet Hud](#)

Polishing Citrus Cleanser ☀️🌙 / 150ml - #0766

Dyberensende mikroporler genopfrisker huden og giver den en dejlig glød 💧 [Normal Til Fedtet Hud](#)

Soothing Aloe Cleanser / 150ml - #0765

Denne milde rensengelé efterlader huden klar, blød og ren 💧 [Normal Til Tør Hud](#)

* Testet for at måle hudens fasthed og elasticitet, hvilket er målt ved hjælp af visuelle ekspertbedømmelser i intervaller af 7 og 42 dage. På 45 % af personerne sås forbedringer i hudens fasthed/elasticitet under øjnene i løbet af 42 dage.

** Testet på 30 testpersoner: Hudens ruhed blev målt ved hjælp af Visioscan efter 0, 7 og 42 dages brug.

*** Testet på 30 personer: Blødhed, glød, udstråling og klarhed blev målt ved hjælp af visuelle ekspertbedømmelser efter 2, 4 og 7 dages brug.

Godt at vide

Vores hudplejeprodukter indeholder ingen parabener, ingen tilsatte sulfater og er dermatologisk testede.



Replenishing Night Cream 🌙 / 15ml - #0827

Denne righoldige, luksuriøse creme er med til at tilføre huden den nødvendige fugt i løbet af natten. Langsigtet fugt er med til at give en blødere og glattere hud, når du vågner

Instant Reveal Berry Scrub / 120ml - #0772

Skrubbecreme rig på antioxidanter med kerner fra bær, som eksfolierer huden, hvilket er med til at give en blødere og glattere hud.

Daily Glow Moisturiser ☀️ / 50ml - #0830

Alsiddig fugtgivende lotion med opfriskende egenskaber, som giver ansigtet en god glød. Huden ser strålende ud. Selv uden makeup

SPF 30 Protective Moisturiser ☀️ / 50ml - #0828

Fugtighedscreme med langvarig effekt, som efterlader huden blød og glat. Giver bredspektret UVA/UVB-beskyttelse

Hydrating Eye Cream / 15ml - #0771

Hjælper med at minimere forekomsten af fine linjer og rynker omkring øjnene, hvor huden ikke indeholder så mange sved- og fedtkirtler, hvilket gør, at huden meget nemt tørrer ud

7 Day Result Kit - #0867

Mindre fremtrædende fine linjer og rynker på blot 7 dage** og markant forbedring af hudens blødhed, glathed, glød, udstråling og klarhed på blot 7 dage***

Herbal Aloe



Styrk og reparer håret

Herbal Aloe Strengthening Shampoo / 250ml - #2564

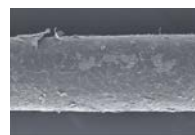
- Efterlader håret 10 gange stærkere efter første hårvask*
- Reducerer forekomsten af knækkede hår med 90 %
- Hydrolyseret hvideprotein er med til at beskytte, reparere og styrke dit hår*
- Farvebevarende sammensætning

Herbal Aloe Strengthening Conditioner / 250ml - #2565

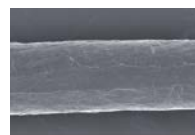
- Styrker hårstråene for en blødere og mere silkeagtig følelse efter blot én hårvask
- Balsam indeholdende avanceret hvideprotein*
- Farvebevarende sammensætning
- Ingen tilsatte parabener eller sulfater

Undersøg resultaterne

- Efterlader håret 10 gange stærkere.
- Reducerer forekomsten af knækkede hår med 90 %



Før
Meget skadet
overfladestruktur.



Efter
Synlig forbedring
af hårets
overfladestruktur.

* Ved anvendelse sammen med Strengthening Conditioner sammenlignet med ubehandlet hår. Resultaterne er baseret på undersøgelser af styrke og beskadigelse. Den gennemsnitlige værdi opnået fra kombinerede test udført af et uafhængigt forskningslaboratorium i forbindelse med "beskadigede" hårløkker. Antallet af knækkede fibre blev sammenlignet med ubehandlet hår, når håret blev vasket med Herbal Aloe Strengthening Shampoo og Strengthening Conditioner.



Godt at vide

Forkæl håret med en intensiv plejekur – lad Herbal Aloe-balsammen sidde i håret i fem minutter, før den skylles ud. Håret bliver silkeblødt og skinnende.

Undersøg resultaterne

- Fugt hele dagen
- Har vist sig at efterlade huden op til 100 % blødere og glattere

Genopfrisk og genopliv

Herbal Aloe Bath & Body Bar / 125g - #2566

- Renser skånsomt uden at frarøve huden dens nødvendige fedtstoffer
- En blanding af aloe vera, olivenolie og A-, C- og E-vitamin plejer huden
- En frisk, ren duft.
- Ingen tilsatte parabener eller sulfater

Herbal Aloe Hand & Body Wash / 250ml - #2561

- Milde planteudvundne rensende ingredienser
- Tredobbelt blødgørende fugtgivende egenskaber afhjælper tørhed og fugter huden i dybden
- Blandingen af ekstrakter fra ørkenens planter er med til at opretholde en velafbalanceret hud
- Ingen tilsatte parabener eller sulfater

Fugter og plejer

Herbal Aloe Hand & Body Lotion / 200ml - #2563

- Klinisk bevist, at den fugter og plejer i dybden
- Fugt hele dagen
- Aloe vera og afrikansk sheasmør absorberes hurtigt og efterlader huden blød og glat
- Ingen tilsatte parabener eller sulfater

Herbal Aloe Soothing gel / 200ml - #2562

- Gel har vist sig at efterlade huden blødere og glattere
- Fyldt med aloe vera og hudplejende plantebaserede ingredienser, der er med til at fugte og lindre huden
- Parfumefri sammensætning
- Ingen tilsatte parabener eller sulfater

Liste over produkter

Side
16/17



Formula 1

Banana Cream, 550 g	#4462	405,-	Vanilla Cream, 550 g	#4466	405,-	Mint & Chocolate, 550 g	#4471	405,-
Strawberry Delight, 550 g	#4463	405,-	Cookie Crunch, 550 g	#4467	405,-	Free From Vanille, 550g	#3118	445,-
Spiced Apple, 550 g	#4464	405,-	Smooth Chocolate, 550 g	#4468	405,-			
Caffé Latte, 550 g	#4465	405,-	Summer Berries, 550 g	#4470	405,-			

Side
16/17



Formula 1

Vanilla Cream, 780g	#048K	541,-
Vanilla Cream poser - 7x26 g	#053K	155,-

Side
18



Protein Drink Mix

Vanille, 588 g	#2600	485,-
----------------	-------	-------

Formula 3 Personligt Proteinpulver

Original, 240 g	#0242	311,-
-----------------	-------	-------

Side
20



Gourmet-Tomatsuppe

Tomat, 672 g	#0155	397,-
--------------	-------	-------

Side
20



Ristede Sojabønner

Let saltet - 12 x 21,5 g	#3143	164,-
--------------------------	-------	-------

Side
21



Proteinbarer

Chokolade/peanut - 14 x 35 g, 490 g	#3972	199,-
Vanille/mandel - 14 x 35 g, 490 g	#3968	199,-
Citrus/citron - 14 x 35 g, 490 g	#3976	199,-

Side
26/27



Cell Activator

90 kapsler, 48,1 g	#0104	311,-
--------------------	-------	-------

N-R-G Naturens rå Guarana

60 tabletter, 61,2 g	#0124	222,-
----------------------	-------	-------

Liftoff®

Citron-lime, 10 x 4,5 g poser, 45 g	#3152	253,-
-------------------------------------	-------	-------

Side
23



Formula 2 Vitamin & Mineral Complex

MÆND - 60 tabletter	#1800	211,-
KVINDER - 60 tabletter	#1819	211,-

Side
24/25



Thermo Complete

90 tabletter, 78,9 g	#0050	408,-
----------------------	-------	-------

Xtra-Cal®

90 tabletter, 131 g	#0020	152,-
---------------------	-------	-------

Side
29



Herbalifeline Max

30 kapsler, 42 g	#0043	252,-
------------------	-------	-------

Liste over produkter

Side
30/31



Havre Æblefiberdrik

Æble, 204 g	#2554	285,-
-------------	-------	-------

Fiber og Urter

180 tabletter, 162 g	#3114	174,-
----------------------	-------	-------

Beta Heart

Vanilje, 229 g	#0267	391,-
----------------	-------	-------

Side
33



Herbal Aloe-Urtekoncentratdrik

Mango, 473 ml	#1065	341,-
Original, 473 ml	#0006	341,-

Side
34



Urtedrik

Original, 100g	#0106	467,-
Original, 50g	#0105	261,-
Citron, 50g	#0255	261,-
Hindbær, 50g	#0256	261,-
Fersken, 50g	#0257	261,-

Side
37



Herbalife Skin 7 Day Results Kit

#0867 197,-

Soothing Aloe Cleanser, 50ml
Daily Glow Moisturiser, 15ml
Replenishing Night Cream, 15ml
Firming Eye Gel Packet, 2 x 2ml
Hydrating Eye Cream Packet, 2 x 2ml



Herbalife Skin

Soothing Aloe Cleanser, 150ml	#0765	202,-
Polishing Citrus Cleanser, 150ml	#0766	202,-
Instant Reveal Berry Scrub, 120ml	#0772	158,-
Purifying Mint Clay Mask, 120ml	#0773	171,-
Energising Herbal Toner, 50ml	#0767	153,-
Line Minimising Serum, 50ml	#0829	523,-
Firming Eye Gel, 15ml	#0770	318,-
Hydrating Eye Cream, 15ml	#0771	318,-
Daily Glow Moisturiser, 50ml	#0830	394,-
SPF 30 Protective Moisturiser, 50ml	#0828	394,-
Replenishing Night Cream, 50ml	#0827	394,-



Herbalife Aloe

Strengthening Shampoo, 250ml	#2564	103,-
Strengthening Conditioner, 250ml	#2565	103,-
Bath & Body Bar, 1 bar	#2566	67,-
Hand & Body Wash, 250ml	#2561	103,-
Hand & Body Lotion, 250ml	#2563	99,-
Soothing Gel, 250ml	#2562	99,-

Motivation

er det, der får dig i gang.

Engagement

er det, der får dig til at fortsætte



Har du lyst til at høre mere, er du
velkommen til at kontakte mig i dag:

Issue 66



6 2 4 0 D A