

# Nutripack

## НАБІР СПРІЯЄ:

- надходженню до організму важливих нутрієнтів, необхідних для нормальної роботи серцево-судинної, нервової, травної та імунної систем;
- нормалізації обмінних і регенераційних процесів в організмі;
- урізноманітненню раціону харчування.

## ДО СКЛАДУ НАБОРУ ВХОДЯТЬ:

- Корал Люцерна, 1 упаковка (120 капсул),
- Преміум Спіруліна, 1 упаковка (200 таблеток),
- Корал Лецитин, 1 упаковка (120 капсул),
- Омега 3/60, 1 упаковка (30 капсул),
- Супер-Флора, 1 blister (30 капсул),
- Корал-Майн, 3 упаковки (30 саше).

**Корал Люцерна** містить сік листя і порошок трави люцерна. Люцерна багата на вкрай важливі для організму мінерали (кальцій, залізо, фосфор, магній, сірка, калій, кремній) і містить рідкісні мінерали рослинного походження (наприклад, фтор). У люцерні достатньо багато вітамінів (С, Е, К, групи В), органічних кислот і хлорофілу. Допомагає при гіповітамінозах, захворюваннях шлунка, підвищеному рівні холестерину, покращує роботу нирок.




**Преміум Спіруліна.** Спіруліна — це джерело біологічно активних речовин: рослинного білка, хлорофілу, рідкісного антиоксиданту — фікоціаніну, вітамінів С, Е, В, бета-каротину, мінералів і поліненасичених жирних кислот. Сприяє покращенню обміну речовин, допомагає контролювати вагу і захищає від передчасного старіння. 100% натуральний склад без вмісту допоміжних речовин.

**Корал Лецитин** являється джерелом фосфоліпідів. Організм потребує постійного надходження фосфоліпідів для відновлення цілісності клітинних мембран, які щодня пошкоджуються оксидантами. У лецитині також міститься холін та інозитол, які сприятливо впливають на головний мозок і нервову систему. Таким чином, лецитин має вкрай важливе значення для всіх органів і систем організму.

**ОМЕГА 3/60** — джерело поліненасичених жирних кислот (ПНЖК), які не синтезуються в організмі людини, а можуть надходити до нього лише з їжі. ПНЖК Омега-3 входить до складу клітинних мембран, бере участь у синтезі гормонів, сприяє зниженню рівня холестерину. Достатнє надходження ПНЖК Омега-3 є вкрай важливим для головного мозку, серця, зору та шкіри. Продукт отримано з натурального жиру морських риб.

**Супер-Флора** — збалансована комбінація пробіотиків (біфідо- та лактобактерій) і пребіотика інуліну для нормалізації мікрофлори кишечника. Завдяки збільшенню чисельності у ньому корисних бактерій покращується процес перетравлення їжі, зміцнюється імунітет.

**Корал-Майн** — мінеральна композиція з реліктових коралів, містить у своєму складі солі корисних макро- та мікроелементів (кальцію, магнію, калію та ін.). При взаємодії з водою мінерали з солей переходять у воду, позитивно впливаючи на її фізіологічну повноцінність і органолептичні властивості.

СХЕМА ЗАСТОСУВАННЯ	1-30 ДЕНЬ	
 <b>РАНОК</b>	<b>Супер-Флора</b> по 1 капсулі за 20 хвилин до їжі <b>Корал Люцерна</b> по 2 капсули	<b>Преміум Спіруліна</b> по 2 таблетки <b>Корал Лецитин</b> по 1 капсулі <b>Омега 3/60</b> по 1 капсулі
 <b>ДЕНЬ</b>	<b>Преміум Спіруліна</b> по 2 таблетки	<b>Корал Лецитин</b> по 1 капсулі
 <b>ВЕЧІР</b>	<b>Корал Люцерна</b> по 2 капсули <b>Преміум Спіруліна</b> по 2 таблетки	<b>Корал Лецитин</b> по 2 капсули

**Корал-Майн:** помістіть 1 пакет-саше Корал-Майна, не розкриваючи, у 1,5 л питної води кімнатної температури. Через 5 хвилин вода готова до вживання.

**Примітка:** 20 таблеток Преміум Спіруліни, що залишились після проходження 30-денного курсу, слід продовжувати приймати ще 5 днів по 2 таблетки зранку та ввечері.

### ПРОТИПОКАЗАННЯ:

Індивідуальна чутливість до компонентів продукту, вагітність і годування груддю.

Перед застосуванням проконсультуватися з лікарем. Не перевищувати рекомендовану дозу застосування для щоденного споживання. Дієтична добавка не є заміною повноцінного раціону харчування.

### РЕКОМЕНДАЦІЇ З ХАРЧУВАННЯ

- не переїдайте;
- вживайте різноманітні продукти харчування, надаючи перевагу продуктам рослинного походження;
- щодня включайте до раціону свіжі овочі та фрукти;
- з білкової їжі надавайте перевагу рибі, нежирному м'ясу, бобовим, птиці;
- надавайте перевагу кисломолочним продуктам;
- обмежте кількість солодоців і солодких напоїв, вживайте цукор помірно;
- обмежте вживання солі, солоних, копчених та в'ялених продуктів;
- обмежте вживання міцного чорного чаю, кави і алкогольних напоїв;
- готуйте страви на пару, запікайте, відварюйте, тушкуйте;
- не допускайте великих перерв між прийомами їжі (більше 3-ох годин);
- вечеряйте не пізніше ніж за дві години до сну;
- по можливості споживайте їжу кімнатної температури.

### РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПИТНОГО РЕЖИМУ

Достатня кількість води вкрай важлива для правильного засвоєння поживних речовин і перебігу обмінних процесів в організмі, тому:

- під час проходження програми рекомендується випивати за добу не менше 1,5 л води з мінеральною композицією Корал-Майн;
- слід пити якісну очищену воду;
- середня добова норма споживання рідини для дорослої людини — 30-40 мл на 1 кг ваги;
- пити краще порціями по 200-250 мл до їжі і між прийомами харчування, запивати їжу небажано.