

Cosa mangi a colazione cappuccino e cornetto?

Oppure hai poco tempo e preferisci non
mangiare o bere solo un caffè?



531
calorie

Saltare la colazione o fare una colazione principalmente a base di soli carboidrati semplici può determinare disordini del metabolismo. Inizia la giornata in modo sano con la Colazione Equilibrata Herbalife!

Quando ti svegli la mattina il tuo corpo è “vuoto” poiché ha usato tutti i nutrienti, l’energia e l’acqua assunti il giorno prima.

“La mattinata è la parte più impegnativa della giornata. Per svolgere al meglio, e senza cali dell’efficienza, ogni tipo di attività, sia fisica che mentale, c’è bisogno di energia costantemente a disposizione e di un ottimo stato di idratazione. La colazione, che tra l’altro segue un prolungato periodo di mancata assunzione di nutrienti e di acqua, deve quindi creare subito queste condizioni per un funzionamento ottimale. Al mattino migliora subito la tua idratazione con bevande poco concentrate e stimolanti, per un migliore risveglio ed una maggiore energia. Assumi quindi un vero e proprio pasto, con carboidrati complessi ma anche proteine, essenziali per il corretto funzionamento di numerosissimi sistemi ed apparati, ma anche utili per un più costante livello di energia ed un prolungato senso di sazietà. Se, come spesso succede, al mattino non si è abituati ad un pasto solido e proteico, o si ha il timore di appesantirsi, si può ricorrere a cibi liquidi o semiliquidi, meglio se preparati con una buona quantità di latte, anche latte di soia o di riso.”

Prof. Marco De Angelis - Membro del Comitato Consultivo Herbalife per la Nutrizione

Con i suoi 3 prodotti **Formula 1**, **Aloe** concentrato e **Infuso a base di erbe**, la Colazione Equilibrata Herbalife* fornisce all’organismo energia costante, giusto equilibrio di carboidrati e proteine ed aiuta a migliorare l’idratazione.

SCEGLI

Colazione Equilibrata Herbalife*

Il giusto equilibrio di carboidrati, proteine,
vitamine e minerali



259
calorie

* Nell'ambito di un regime alimentare ipocalorico volto alla perdita o al controllo del peso

Per maggiori informazioni contatta il tuo Distributore Indipendente
Incaricato alla Vendita Herbalife

Clicca per inserire il nome
Clicca per inserire il numero di telefono