

# Nutripack

## НАБОР СПОСОБСТВУЕТ:

- обогащению рациона важными нутриентами;
- поддержанию нормальной работы сердечно-сосудистой, нервной, пищеварительной и иммунной систем;
- нормализации обменных и регенерационных процессов в организме.

## В СОСТАВ НАБОРА ВХОДЯТ:

- Корал Люцерна, 1 упаковка (120 капсул),
- Премиум Спирулина, 1 упаковка (200 таблеток),
- Корал Лецитин, 1 упаковка (120 капсул),
- Омега 3/60, 1 упаковка (30 капсул),
- Би-Курунга, 1 упаковка (90 таблеток),
- Корал-Майн, 3 упаковки (30 саше).

**БАД к пище. Не является лекарственным средством.**

**Корал Люцерна** — содержит сок листьев и порошок травы люцерны. Люцерна богата важнейшими для организма минералами (кальций, железо, фосфор, магний, сера, калий, кремний), а также редкими минералами растительного происхождения (например, фтор). В ней достаточно много витаминов (С, Е, К, группы В), органических кислот и хлорофилла. Помогает при гиповитаминозах, заболеваниях желудка, повышенном уровне холестерина, мягко усиливает работу почек.

**Премиум Спирулина.** Спирулина — это кладезь биологически активных веществ: растительного белка, хлорофилла, редкого антиоксиданта — фикоцианина, витаминов С, Е, В, бета-каротина, минералов и полиненасыщенных жирных кислот. Способствует улучшению обмена веществ, помогает контролировать вес и защищает от преждевременного старения. 100% натуральный состав без содержания вспомогательных веществ.

**Корал Лецитин** является источником фосфолипидов. Организму необходим постоянный приток фосфолипидов для восстановления целостности клеточных мембран, которые ежедневно повреждаются оксидантами. В лецитине также содержатся холин и инозитол, оказывающие благоприятное воздействие на головной мозг и нервную систему. Таким образом, лецитин имеет важное значение для всех органов и систем организма.

**ОМЕГА 3/60** — источник полиненасыщенных жирных кислот (ПНЖК), которые не синтезируются в организме человека, а могут поступать в него только из пищи. ПНЖК Омега-3 входит в состав клеточных мембран, участвует в синтезе гормонов, способствует снижению уровня холестерина. Достаточное поступление ПНЖК Омега-3 особенно важно для головного мозга, сердца, зрения и кожи. Продукт получен из натурального жира морских рыб.

**Би-Курунга** — симбиотический концентрат пробиотиков-лактобактерий природного происхождения и цинка. Натуральное происхождения пробиотиков Би-Курунга определяет их оптимальное соотношение в продукте для наиболее благоприятного воздействия на микрофлору кишечника. Способствует пищеварению и укрепляет иммунитет.

**Корал-Майн** — минеральная композиция из реликтовых кораллов, содержит в своем составе соли полезных макро- и микроэлементов (кальция, магния, калия и др.). При взаимодействии с водой минералы из солей переходят в воду, положительно влияя на ее физиологическую полноценность и органолептические свойства.

СХЕМА ПРИМЕНЕНИЯ	1-30 ДЕНЬ	
 УТРО	<b>Корал Люцерна</b> по 2 капсулы <b>Премиум Спирулина</b> по 2 таблетки <b>Корал Лецитин</b> по 1 капсуле	<b>Омега 3/60</b> по 1 капсуле <b>Би-Курунга</b> по 1 таблетке
 ДЕНЬ	<b>Премиум Спирулина</b> по 2 таблетки <b>Корал Лецитин</b> по 1 капсуле	<b>Би-Курунга</b> по 1 таблетке
 ВЕЧЕР	<b>Корал Люцерна</b> по 2 капсулы <b>Премиум Спирулина</b> по 2 таблетки	<b>Корал Лецитин</b> по 2 капсулы <b>Би-Курунга</b> по 1 таблетке

**Корал-Майн:** поместить 1 пакет-саше Корал-Майн, не вскрывая, в 1,5 л воды комнатной температуры. Через 5 минут вода готова к употреблению.

**Примечание:** 20 таблеток Премиум Спирулины, оставшихся после прохождения 30-дневного курса, следует продолжать принимать еще 5 дней по 2 таблетки утром и вечером.

## ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью. Перед применением проконсультироваться с врачом.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПИТАНИЮ

- не пере едайте;
- употребляйте разнообразные пищевые продукты, отдавая предпочтение продуктам растительного происхождения;
- ежедневно включайте в рацион свежие овощи и фрукты;
- из белковой пищи отдавайте предпочтение рыбе, нежирному мясу, бобовым, птице;
- отдавайте предпочтение кисломолочным продуктам;
- ограничьте количество сладостей и сладких напитков, употребляйте сахар умеренно;
- ограничьте потребление соли, соленых, копченых и вяленых продуктов;
- ограничьте потребление крепкого черного чая, кофе и алкогольных напитков;
- готовьте блюда на пару, запекайте, отваривайте, тушите;
- не допускайте больших перерывов между приемами пищи (более 3 часов);
- ужинайте не позднее чем за два часа до сна;
- по возможности употребляйте еду комнатной температуры.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПИТЬЕВОМУ РЕЖИМУ

Достаточное количество воды важно для правильного усвоения питательных веществ и течения обменных процессов в организме, поэтому:

- во время прохождения программы рекомендуется выпивать в сутки не менее 1,5 л воды с минеральной композицией Корал-Майн;
- следует пить качественную очищенную воду;
- средняя суточная норма потребления жидкости для взрослого — 30-40 мл на 1 кг веса;
- пить лучше порциями по 200-250 мл до еды и между приемами пищи, запивать еду нежелательно.