

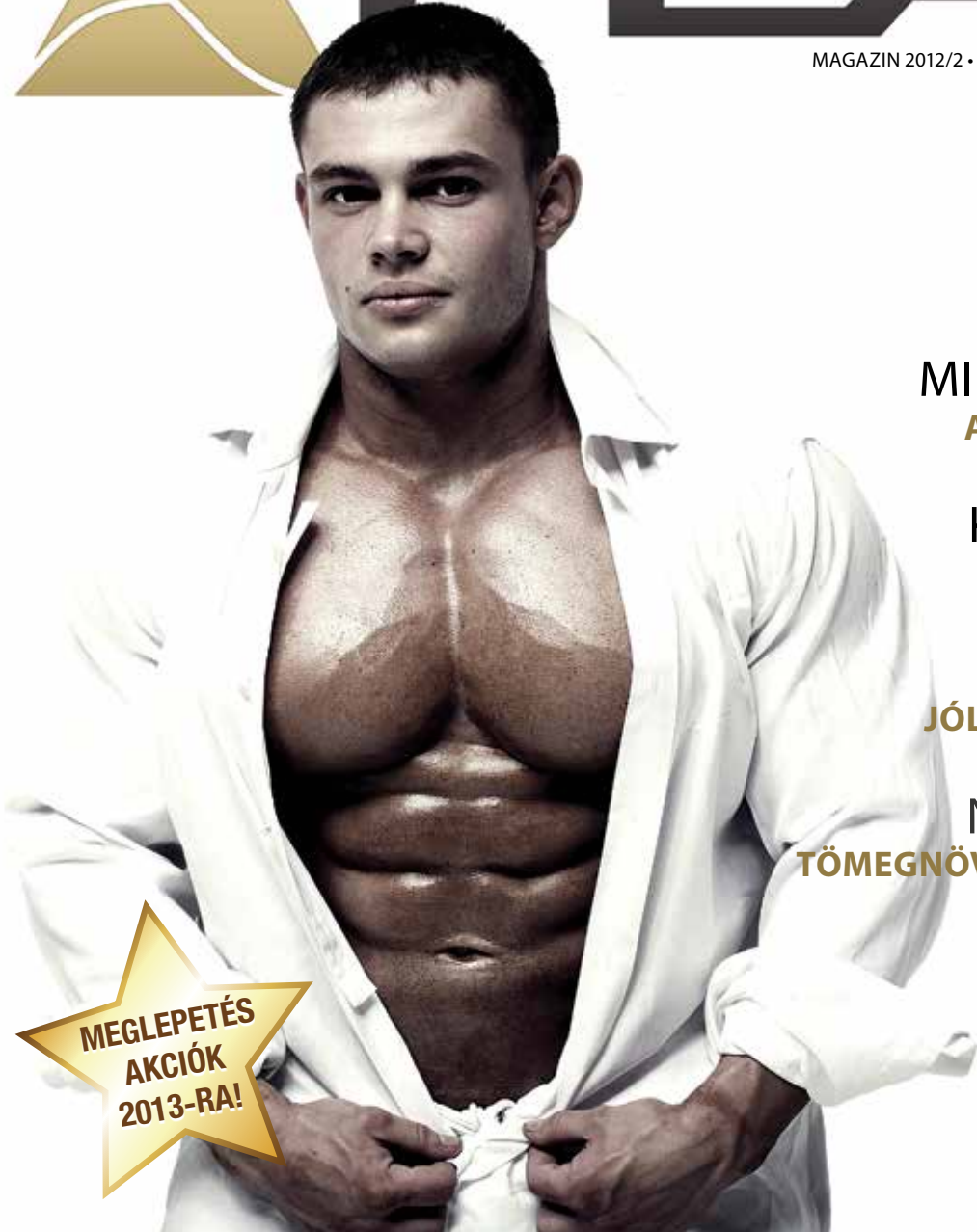


TM

AZ EGYETLEN TÁPLÁLÉK KIEGÉSZÍTŐ MÁRKA SPENÓT KIVONATTAL,
MELLYEL GARANTÁLTAN HATSZOR GYORSABBAN NÖVEKEDNEK IZMAID.

PEAK

MAGAZIN 2012/2 • WWW.PEAKMAN.HU • WWW.PEAKSHOP.HU



AZ ÚJ VERZIÓ!
TESTÉPÍTÉS 2.0

MI ALEXEY LESUKOV
AKTUÁLIS EDZÉSTERVE?

KONKRÉT ÉTREND
A KOCKÁS HASADÉRT!

HOGYAN KELL
JÓL TURMIXOT KÉSZÍTENI?

NÖVEKEDJ VÉGRE!
TÖMEGNÖVELŐ KONKRÉT ÉTELEK!

MEGLEPETÉS
AKCIÓK
2013-RA!

KEDVEZMÉNY!
Kupon a 9. oldalon
15%

KEDVES FÉRFITÁRSUNK!



Kaposi Olivér



Halmi István



Szakács Sándor



Thomas



Alexey Lesukov

Ha már a kezekben tartod ezt a magazint, akkor valószínűleg teszel azért, hogy a fizikumod és a szellemi teljesítőképességed karban tartsd.

Akár kizárólag a sport és a mozgás szeretete miatt edzel, akár azért, mert változtatni akarsz magadon, már a jó úton vagy!

Ha felmerült benned, hogy a sport mellett a táplálkozásod az, amely eljuttat a célodhoz, akkor ez a magazin professzionális tudást ad Neked ahhoz, hogy a mindennapokban, a munkádban, az edzőteremben és a párkapcsolatodban is kiemelkedően teljesíts, ezzel egy boldogabb énedet megteremtve!

Örülünk, hogy adhatunk Neked!



Mező Gyula



Tóth Gergely



Gótl Norbert

EGÉSZ ÉVBEN KEDVEZMÉNYEK CSAK NEKED

TESTÉPÍTŐK NAPJAI!

2012. november 3-tól az összes Peak fehérje 5% kedvezménnyel lehet a Tiéd!

Csak egy napig úgyhogy ne dobd el ezt a magazint!

KÉRD AZ 1000 FT ÉRTÉKŰ KUPONOD ONLINE!

Ez egy ajándék az első vásárlásodhoz, amit emailben el is küldünk Neked.



A www.peakshop.hu oldalon igényelheted.
Info tel: +361 431 90 24

BÁNYÁSZ NAP!

2012. december 4-től minden kiürült Peak dobozodat visszaváltjuk!

TÚRD ELŐ az üres dobozaidat vagy utántöltőidet, mert ha visszajuttatod nekünk, bármilyen

Peak termékre becseréljük és adunk 10% kedvezményt is a vásárlásodból!



KEZD AZ ÉVET JÓZANUL!

2013. január 2-től a Peak glutamin és bcaa aminosav italpor formulákhöz ajándék Peak man shakert adunk! 1000.- Ft ingyen!



NÉGY LÉPÉS

ÉS MÁR TETTÉL AZÉRT, HOGY
BÍRD AZ EDZÉSEKET ÉS HOGY
A MAXIMUMON LEGYEN AZ
ÁLLÓKÉPESSÉG MINDEN TÉREN!



A Peaknél tökéletesen tisztában vagyunk azzal, hogy milyen lassan lehet izomzatot fejleszteni, vagy látványosabbá tenni, esetleg a hosszú kihagyás után teljesíteni az edzőteremben, vagy lefogyni a derekadról.

Ezért úgy állítottuk össze ezt a magazint, hogy azonnal hasznosítható tanácsokat is találj a céljaid elérése érdekében. Ne feledd a táplálkozásodon múlik a legnagyobb mértékben, hogy mire vagy képes a fizikumoddal vagy a szellemi erőddel, az edzés csak a második helyen áll!

1. VÁLASZD KI ITT A MAGAZIN LAPJAIN, MELYIK TERMÉK ÉRDEKEL



Sokféle termék létezik, melyek azonnali módon pozitívan hatnak az energiaszintedre. A termék kategóriákat más színnel jelöltük, a termékleírásokat rövidek ugyan, de a piktogramok is mutatják a helyes választás felé az utat.

2. MEGRENDELÉS, DE MÉG NE SIESD EL!



Telefonon, faxon, emailen, a facebook oldalunkon is mindig nagy örömmel fogadjuk a kérdésed, de ha még több értékes információra van szükséged, olvasd le az okos telefonoddal a kódot, így azonnal elérhető lesz számodra az a 7000 Ft értékű, de ingyenes tanulmány, amely gyorsan elmagyarázza Neked melyik termék mire használható, sőt akár videókat is találsz a termékekhez.

3. MIÉRT A WEBÁRUHÁZ A LEGEGYSZERŰBB?



Mert az aktuális akcióink, a leendő törzsvásárlói kedvezményed, a levásárolható kuponod, mind itt tudod kizárólag felhasználni és elérni. Kérdéseidre is szívesen válaszolunk, a csomagodat pedig azonnal összeállítjuk és 36 órán belül eljuttatjuk neked! (munkanapokon)

4. GYERE BE HOZZÁNK SZEMÉLYESEN ÉS MEGBESZÉLJÜK, MIRE VAN SZÜKSÉGED.



Személyesen is várunk Téged az üzletünkben, ahol fizikai valójukban is megnézheted a termékeket. Tudjuk, hogy nehéz választani, ezért ha bizonytalan vagy gyere és segítünk a szaktudásunkkal. Öt perc alatt kiszolgálunk, ha már tudod, mit szeretnél.



A DEKRA 1982 óta végez Európában termék, és irányítási rendszer tanúsítást TGA (német) ill. SWEDAC (svéd) akkreditációval, ill. brüsszeli német notifikációval (Notified Body). A Peak Dekra tanúsított termék márka.



HONNAN ÉRKEZNEK HOZZÁD A PEAK TERMÉKEK?

A **Peak Performance Products SA.** egy részvénytársaság Luxemburgban, egy 30 éve fennálló és működő cégcsoport. A két legnagyobb Peak gyár Németországban található.

A termékek a pillanatnyilag ismert, legmodernebb minőségi és tisztasági követelményeknek megfelelnek, melyeket a GMP, a Hazard Analysis, Critical Point Concept (HACCP), az ISO 9001:2000 gyártási szabványok, a DEKRA tanúsítvány, valamint az Arotop Food Creation (Mainz) akkreditált laboratórium biztosít.

MI BIZTOSÍTJA, HOGY CSÚCSMINŐSÉG ÉS BIZTONSÁGOS TERMÉKEK JUSSANAK HOZZÁD?

Garantáljuk, hogy termékeink minden jelenlegi szabályozórendszer, azaz a HACCP, a GMP-szabályozás és az ISO 9001-2000 minden követelményét teljesítik. Minden termékünkön külső, független, folyamatos minőségi ellenőrzéseket végez az EU akkreditált AROTOP-Food-Creation Élelmiszerkémiai Intézmény.

Ez teljesen mást jelent, mint például a címkére bigygyesztett HPLC-vel tesztelt kifejezés, melyet mindenki ráírhat a termékeire, hiszen csak szavak. A bizonyítékot a minőségre egy akkreditált laboratórium tudja szolgáltatni.

DOPPING MENTES TERMÉKEK

Az alábbi doppingszerekre végzünk tesztelést a termékeken:

Tesztelt 50 ng/g:

- ▶ 4-androstene-3b,17-diol
- ▶ 5a-androstane-3b,17b-diol
- ▶ 5(6)-androstene-3b,17b-diol
- ▶ 5(10)-estrene-3b,17b-diol
- ▶ Dehidroepiandrosteron (DHEA)
- ▶ 5a-androstane-3,17-dione
- ▶ 5(10)-androstene-3,17-dione
- ▶ Nandrolone
- ▶ 1,4 androstene-3,17-dione
- ▶ 5(6)-androstene-3
- ▶ Tesztoszteron; Clenbuterol, Gestrinone
- ▶ Stanozolol, Tetrahydrogesztrinone (THG)

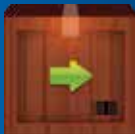
Tesztelt 100 ng/g:

- ▶ MDMA (Ecstasy)
- ▶ Salbutamol
- ▶ Strichnin

Tesztelt 500 ng/g:

- ▶ Amfetamin
- ▶ Cathine (Norpseudoephedrine), Ephedrine
- ▶ Cocaine, Methylephedrine, Terbutaline

VEVŐSZOLGÁLAT ÉS TANÁCSADÁS



HOGYAN RENDELHETSZ?

Megrendelést személyesen, telefonon, faxon, emailben vagy a webáruházban tudsz elküldeni nekünk. Mivel a Peak márka importőreként dolgozunk, a leggyorsabban tőlünk tudod megkapni ezeket a termékeket, amely azt jelenti, hogy munkanapokon 36 órán belül eljut hozzád a csomagod. A legfrissebb árakat a www.peakshop.hu oldalon találod meg.



FIZETÉSI LEHETŐSÉGEK

A webáruházban, a www.peakshop.hu oldalon bankkártyával, utánvétellel a csomag átvételekor, Pay Pal-lal, a termék átvételét megelőzően banki átutalással, vagy Pick Pack ponton történő fizetési móddal van lehetőséged rendezni a számlát.



SZEMÉLYES VÁSÁRLÁS

Személyes vásárláskor az üzletünkben raktáron van minden elérhető termék, így azonnal át tudjuk adni Neked. Ekkor bankkártyás és készpénzes fizetési módok közül választhatsz.



HÁZHOZSZÁLLÍTÁS DÍJAI ÉS AZ AJÁNDÉK

A nálunk vásárolt termékeket nagyon kedvező feltételekkel, vagy akár ingyen is 36 órán belül házhoz szállítjuk neked. (munkanapokon)

A csomagok szállítását GLS csomagküldő szolgálat végzi:

- br. 20000 Ft feletti megrendelés esetén ingyenes
- br. 3000-20000 Ft közötti csomagérték esetén 990 Ft
- br. 3000-20000 Ft közötti csomagérték, és banki előreutalás esetén 700 Ft

Amennyiben nem szeretnél otthon malmozva várni a futárra, akkor a Pick Pack szállítási módot neked találták ki.

- br. 10000 Ft feletti megrendelés esetén a szállítás ingyenes
- br. 10000 Ft alatti megrendelés esetén a szállítás 600 Ft



VEVŐSZOLGÁLAT ÉS TANÁCSADÁS

Ha bármilyen további kérdésed van telefonon a +3614319024, vagy a +36306306048 telefonszámokon azonnal, illetve a hungarian@peak.ag emailcímen, munkanapokon, 24 órán belül válaszolunk Neked.



VÁSÁROLJ 15% KEDVEZMÉNNYEL VAGY FOGJ ÖSSZE A HAVERJAIDDAL!

A Peak törzsvásárlói rendszert olyan életmódot váltott vásárlóink számára fejlesztettük ki, akik rendszeresen szeretnének vásárolni a www.peakshop.hu oldal webáruházában. Ez azt jelenti, hogy akár személyesen szeretnéd átvenni a termékeket az üzletünkben (1195 Bp. Árpád utca 38.), akár kiszállítással kéred azokat, mindig küldd be előzetesen a megrendelésed a webáruházba, így akár folyamatosan -15% kedvezményed lesz. A részleteket megtalálod a weboldalon.

TARTALOMJEGYZÉK

Egész évben kedvezmények csak neked	3
Négy lépés és már tettél azért, hogy a maximumon legyen az állóképességed minden téren!	4
Vevőszolgálat és tanácsadás	6
Tartalomjegyzék	8
Mit jelentenek az Ikonok?	9
Testépítés 2.0	10
TOP 10 termékek	16
All in one formulák	18
Csúcsfehérjék	20
Edzés előtti bedurrantók	26
Használj aminosav kiegészítőket, ha azonnali teljesítményugrást szeretnél!	32
Tömegnövelők és szénhidrátok	44
Kell e Neked kreatin vagy sem?	48
Tesztoszteron szint fokozó táplálék kiegészítők	54
Termogén zsírégetők	58
Brad Pitt is diétázik, így ez Neked sem szégyen!	64
Tápanyag blokkolók	68
Miért kellene foglalkoznod a zsírfogyasztásoddal?	70
Hogyan fokozd a fizikai és szellemi teljesítőképeséged?	74
Miért van szükséged táplálék kiegészítőkre, ha boxolsz, bírkózó vagy, vagy thai boxolsz?	84
Az ízületeid előbb-utóbb figyelmeztetni fognak a fokozott fizikai megterhelés miatt.	86
A vitaminok és ásványok a sportban	90
Ki ne szeretné a fehérjés csoki szeleteket?	96

MIT JELENTENEK AZ IKONOK?



Hozzáadott cukor nélkül



Aszpartam mentes



Legfinomabb íz



Finom íz



Közepesen finom íz



Lassú felszívódású



Gyors felszívódású



Anyagcsere gyorsító hatású



Regenerálja a szervezeted



Nitrogén oxid szintézis fokozó



Nem pörget fel



Erős felpörgető hatású



Energizál



Élénkít



Pihentető alvást biztosít



Erősíti az immunrendszered



Izomerőt biztosít



Ízületvédő



Glutén tartalmú



Spenót kivonat



Zsírégetésre alkalmas



Szellemi teljesítőképesség fokozó



Tesztoszteron termelést fokozó

Az ajándék kupon nem vonható össze más kedvezménnyel.

(A kivágott kupont küld el a címünkre, vagy hozd el magaddal személyesen és levonjuk Neked a kedvezményt.)

Info tel: +361-431-9024
Peak Hungary Kft.
1195 Bp. Árpád utca 38.



PEAK

www.peakman.hu

**Ajándék kupon
15% kedvezmény**

Felhasználható:

2013. május 15.



TESTÉPÍTÉS 2.0 AZ ÚJ VERZIÓ!

Gondold végig, milyen módszerekkel maradhatsz mindig kisportolt, akkor is, mikor a napi stressz a pincéig süllyeszti le a tesztoszteronszinted!

Eldöntöted már meddig szeretnél élni? Vagy azt, hogy a hátralévő évtizedeidet húsz vagy harmincévesen élveznéd végig?

Konkrét izomzathövelő étrend

Előbb-utóbb ezekre a kínzó kérdésekre is választ kell adnod. Addig is érdemes végiggondolnod, milyen módszerekkel hosszabbíthatod meg az életed, és hogyan lehet mindig a teljesítőképességed a csúcson!

1. Ne várd ki, amíg teljesen elhagyod magad!

Ha bizonyos testrészeiden, a hasadon, és a fejedon ott az a bizonyos túlsúly, falfehér vagy és semmit nem sportolsz, már elhagyta magad. Szedd össze magad!

2. Ne diétázz, válts életmódot!

Egy igazi férfi böjtöl. Tartsd be a sportolói fehérjediétát. A táplálkozásod szabályozásával tudsz fejlődni hosszú távon. A következőkben több konkrét étrendet is találsz többféle végcélra kifejlesztve. Mindkét esetben követned kell a célnak megfelelő táplálkozási módot, amely egész életre szól! Ha abbahagyod, meg fog látszani a testeden.

3. Vissza az élre!

Ma már egyetlen nemzetközi futósprinter sem startol el a kreatin táplálék kiegészítője nélkül, a futók, cross fitések, harcosok vagy a testépítők egy elektrolit és aminosav koncentrátum nélkül, sehova sem mennek a fehérjéporuk nélkül, melyekkel az izomzatuk épül.

Táplálék kiegészítőket kell használnod, akár egy kis plusz izomzatot akarsz, akár le akarsz adni néhány kilót, akár otthon kell teljesítened, vagy jobb főnök akarsz lenni!

FÉRFIAKNAK ÉTELVARIACIÓKKAL

REGGELI:

- 2-3 szelet magvas, rozsos, teljes kiőrlésű kenyér vagy 2 rozsos zsemle csirke-, pulykamell sonkával, vékony szelet zsírszegény sajttal, paradicsom, uborka, retek
- fehérjeturmix banánnal, eperrel, vagy tömegnövelő turmix
- 6 tojásból rántotta (fele sárgájával), lehet dúsítva sonkával, hagymával, rozsos pékáruval
- egy tálnyi müzli sovány tejjel, natúr joghurttal, vagy gyümölcsös joghurttal, aszalt gyümölcsökkel, magvakkal

DÉLELŐTT:

- gyümölcs, 2-3 darab
- kis tálnyi natúr gyümölcssaláta esetleg joghurttal leöntve
- müzliszelet 2 db
- rozsos szendvics sonkával, zöldségekkel

EBÉD:

- roston vagy grillezett csirke-, pulykamell-filé vagy tengeri hal egy zacskónyi főtt rizszel, natúr salátával vagy párolt zöldséggel (borsó, bab, kukorica módjával)
- marhasteak zöldséggel, steakburgonyával
- lecsós csirke vagy pulyka rizszel, vagy 3-4 szem közepes méretű főtt burgonyával
- diétás rántott hús (rizslisztből, tojással, zabpelyhes panírral) light krumplicsuszával (sovány tejjel és sóval), uborkasalátával
- főzelék habarva, tükörtőjással, csirkemell-fasírttal vagy roston csirke feltéttel
- durumtésztaval készített, darált csirkemellből készített bolognai vagy milánói sovány sajttal megszórva

DÉLUTÁNI ÉTKEZÉS:

- fehérje turmix sovány tejjel

VACSORA:

- mint az ebéd
- öntetes saláta pirított csirkemell csikkokkal, és/vagy tonhal konzervvel, főtt tojásfehérjével, párolt zöldséggel gazdagítva

ESTI PÓTÉTKEZÉS:

- roston húsféle, párolt natúr zöldséggel
- sovány tejjel fehérje turmix

CSALÓNAP:

Hetente vagy kéthetente (testalkattól függően) ebédre bármilyen normál adag ebéd (pizza, pörkölt, tésztaféle, sütemény).

FOLYADÉK:

Napi 3 liter minimum, ásványvíz, tea, gyümölcszsa, light üdítők

Minden étkezésre egy ételvariációt válassz a felsorolt lehetőségek közül.

HOGYAN FEJLESSZ MAGADON IZOMZATOT A LEHETŐ LEGRÖVIDEBB IDŐN BELÜL?

A legtöbb férfi problémája az, hogy a mozgásszegény életmód nyomot hagy a testükön. Ha nem sportolsz, elsorvadnak az izmaid.

Ekkor a fejlődésed kulcsa túlnyomó részben nem az edzéstervedben, hanem a táplálkozásodban rejlik. Ha rendszeresen sportolsz, akkor a kinézeted 70%-ban az étkezéseiden múlik, nem pedig azon, hogy rúddal nyomsz fekvő vagy kézi súlyjal.

A sportolók táplálkozásának alapja a megfelelő kalória bevitel, illetve az úgynevezett energiamérleg. A mérleg egyik oldalán a bevitt tápanyagok, a másik oldalon a leadott tápanyagok szerepelnek.

Ha ez a mérleg nálad egyensúlyban van, akkor ne várj fejlődést, ehhez a mérleget ki kell billenened az egyensúlyi helyzetéből. A testsúlyod változása arányos lesz, a táplálkozással bevitt és a mozgással elfogyasztott kalóriamennyiség különbségével.

Napi 500 kalória többlet van szükséged, ha heti 0,5 kg-ot szeretnél hízni.

Ha kemény izmokra vágysz, akkor elengedhetetlen a magas fehérjefogyasztás, a megfelelő időben és mennyiségben fogyasztott szénhidrát, és a zsírfogyasztás kontrollálása egyaránt. Mit jelent mindez, ha izmosodni, hízni szeretnél, de nem akarsz sörhasat, úszógumit a derekad köré?

Ez az izomtömeg növelés. Ha heti 4-6 alkalommal kizárólag súlyzós edzéseket végzel, akkor átlagosan napi minimum 1,5 gramm/testsúly kg fehérjére van szükséged. Ha mellette más sportot is űzöl, focizol, küzdősport edzésekre jársz, akkor ez a szükséglet

1,8 gramm/testsúly kg fehérje is lehet. A napi szénhidrát szükségleted ilyen mennyiségű mozgás mellett kb 8-9 gramm/testsúly kg.

MI TEHÁT A TÁPLÁLKOZÁSI ALAPKONCEPCIÓ AHHOZ, HOGY NÖVEKEDJEN AZ IZOMZATOD TÖMEGE?

A fehérjebevitel testsúly x 1,5 gr, a szénhidrátbevitel testsúly x 8 gr, a zsírbevitel pedig testsúly x 0,5 gr.

Ez azt jelenti, hogy amennyiben Te egy 80 kg súlyú férfi vagy, akkor minden nap 120 gramm fehérjére, 600-640 gramm szénhidrátra és 40 gramm zsírra van szükséged a fejlődéshez körülbelül.



Konkrét szállkásító étrend

HOGYAN VÁLJ MEG AZ ÚSZÓGUMIDTÓL VAGY A SÖRHASADTÓL A LEHETŐ LEGRÖVIDEBB IDŐN BELÜL?

A testsúlyod csökkentéséhez újra a táplálkozás szabályozásához kell nyúlnod, ugyanúgy, mint a tömegnövelés esetében. Ez esetben még kiélezettebben igaz az, hogy a külsőd 70%-ban az étkezéseiden múlik, nem pedig azon, hogy rúddal nyomsz fekvő vagy kézi súllyal.

Az atlétikus külsőhöz nagyon kevés az edzéseken izzasztani magad, miközben az ételeid nem megfelelőek ahhoz, hogy csökkentsd a súlyod.

Ha fogyni szeretnél, akkor növelned kell a leadott kalóriákat, a felvett kalóriát pedig csökkentened, így hamarosan látható lesz az eredmény. Ha meguntad a túlsúlyodat, akkor átmenetileg le kell mondanod a zsíros, szénhidrátba gazdag ételekről, másként nem megy.

A testsúlycsökkentésedhez alkalmazott visszafogott kalória-bevitel és a megnövekedett aerob munka könnyen vezethet az izomzat leépüléséhez, ezért a diéta (szállkásítás) alatt a fehérjebevitelledet növelni kell akár testsúly-kilógrammonként 2 grammra. A napi szénhidrát bevitelledet le kell szorítanod, a zsírmennyiség csökkentése pedig teljesen egyértelmű.

MI TEHÁT A TÁPLÁLKOZÁSI ALAPKONCEPCIÓ AHHOZ, HOGY ELTŰNJÖN AZ ÚSZÓGUMID?

A fehérjebevitel testsúly x 2 gr, a szénhidrátbevitel testsúly x 2-2,5 gr, a zsírbevitel pedig testsúly x 0,25-0,3 gr.

Ez azt jelenti, hogy ha Te egy 100 kg súlyú férfi vagy, 200 gramm fehérje, 200-250 gramm szénhidrát, és 25-30 gramm zsírra van szükséged a testsúlycsökkentéshez.

FÉRFIAKNAK ÉTELVARIACIÓKKAL

REGGELI:

- 2 szelet magvas, rozsos, teljes kiőrlésű kenyér vagy 1 rozsos zsemle 2 szelet csirke-, pulykamell sonkával, paradicsom, uborka, retek
- fehérjeturmix sovány tejjel, vagy vízzel
- 6 tojásból rántotta (2 sárgájával), lehet dúsítva sonkával, hagymával, rozsos pékáruval

DÉLELŐTT:

- gyümölcs, banán, szőlő nem lehet!
- kis tálnyi natúr gyümölcssaláta
- müzliszelet 1 db

EBÉD:

- roston vagy grillezett csirke-, pulykamell-filé vagy tengeri hal egy zacskónyi főtt rizszel, natúr salátával vagy párolt zöldséggel (borsó, bab, kukorica nem lehet)
- marhasteak zöldséggel, steakburgonyával
- lecsós csirke vagy pulyka rizszel, vagy 2-3 szem közepes méretű főtt burgonyával

DÉLTŰNI ÉTKEZÉS:

- fehérje turmix vízzel

VACSORA:

- mint az ebéd, de főtt rizs és burgonya nélkül
- Natúr saláta pirított csirkemell csikokkal, és/vagy tonhal konzervvel, főtt tojásfehérjével, párolt zöldséggel gazdagítva
- illetve ezek variációja

ESTI PÓTÉTKEZÉS:

- fehérje turmix vízzel

HÁROMHETENTE VAGY HAVONTA EGYSZER EBÉDRE:

- főzelék habarva, tükörtőjás, csirkemell-fasírt vagy roston csirke feltéttel
- durumtésztából, zsírszegény túróval, tejföllel, túrós tészta
- durumtésztával készített, darált csirkemellből készített bolognai vagy milánói sovány sajttal megszórva

CSALÓNAP:

A kívánt súly eléréséig nincs!

FOLYADÉK:

Napi 3 liter minimum, ásványvíz, tea, gyümölcsstea

Minden étkezésre egy ételvariációt válassz a felsorolt lehetőségek közül.

Peak man shaker
1000.- Ft/ db

Shaker

felrázva nem keverve!

MI LENNE HA MEGTANULNÁD, HOGYAN KÉSZÍTSD EL A FEHÉRJETURMIXODAT PROFI MÓDON?

Tudjuk, Neked ez megy! De ha csomós marad a turmix, vagy beleragad a por a shakered aljába, vagy nem tudod az arányokat, itt a gyorstalpaló!



Tegyél kb.3 dl vizet a shakeredbe!



Kanalazd a tetejére a fehérjeport vagy az italport.



Tedd a shakerbe a rácsot, zárd rá a tetejét, és a kupakot. Rázd fel!



Már ihatod is!

TOP 10 TERMÉKEK

Ezen az oldalon kiemeltük a termékeket, amelyeket a legtöbbször választanak a Peak vásárlók. Az alkalmazási célok különbözőek, de mi sportolók alaptermékeként ugyanezeket használjuk a mindennapokban.

Createston 2012 all-in-one formula



A Createston speciális izomépítő táplálék kiegészítő, melyben magas minőségű fehérje koncentrátumok, szabad aminosavak, könnyen felszívódó szénhidrátok és akár 100 féle erősen izomzatépítő kivonatot találhatsz meg.

Whey Fusion fehérjepor spenót kivonattal



Az egyetlen Peak fehérje megháromszorozott beta ecdysteron, azaz spenót kivonat tartalommal. A Whey Fusion emésztőenzimeket, hozzáadott leucint és glutamint tartalmaz, de közben nagyon finom maradt. Profi fehérje, profi sportolóknak.

Ecdysone spenót kivonat



Csak két lehetséges út van ahhoz, hogy a tested az aminosavak felszívódását serkentsd az izomzatodba. Ezek az L leucin vagy/és a beta ecdysteron. Az Ecdysone mindkettőt tartalmazza.

ANABOLIC STACK TELJESÍTMÉNYFOKOZÓ



Leghatékonyabb anabolikus anyagokat tartalmazó komplex kiegészítő. Brutális hatású mégsem káros az egészségedre.

Hellburner erős termogén



A Hellburner a legütősebb zsírégető kombináció amely elérhető a piacon. Szinte az összes erős hatékonyságú zsírégető anyagot tartalmazza egy termékben. Az utolsó zsírégető, amire szükséged lesz, mert utána már nem kell zsírt égetned.

Mega A-Z multivitamin sportolóknak



A Mega A-Z mega dózisú multivitamin, ám az igényeid szerint adagolható vitamin bomba. Úgy szedheted, olyan dózisban ahogy akarsz vagy szükséged van rá!

Anabolic Protein Fusion fehérjepor



Az Anabolic Protein Fusion összetett fehérjekeverék az optimális hormonzártásért és a kemény, zsírintes izmokért, beta ecdysteronnal és szabad aminosavakkal Peak minőségben.

Nitronium edzés előtti bedurrantó



A Nitronium a világ legújabb nitrogén oxid fokozója, 110 féle ergogénnel a tökéletes edzésélményért! Nitrit vegyületeket tartalmazó formula, elsőként a világpiacon.

Epa halolaj



A húzóadások, izomláz, izomfájdalom, izommerevség, izomfáradtság, ízületi fáradtság, ízületi fájdalmak és hasonlóak, melyek a sportban gyorsan ellehetetlenítik az edzést, a halolajjal hatékonyan enyhíthetők, és leküzdhetők.

Buildup magas fehérjetartalmú tömegnövelő



Ez egy csúcstechnológiás formula sportoláshoz és izomzatépítéshez. Maximalizálja az izomzatépítést és regenerál - optimális normál sebességű anyagcserével rendelkező sportolók számára is, mert magas fehérjetartalmú!

ALL IN ONE FORMULÁK

Nem kell rendelkezned az izomzatépítéshez szükséges speciális és komplikált tudással! Erre valók az all in one izomzatépítő formulák. Maximum hatékonyság azonnal!

MIK AZOK AZ ALL IN ONE FORMULÁK ÉS MIÉRT HASZNÁLD ŐKET HA IZOMTÖMEGET SZERETNÉL?

Az összetett all in one formulánk, a Createston, speciális építő táplálék kiegészítő, melyben magas minőségű fehérje koncentrátumok, szabad aminosavak, könnyen felszívódó szénhidrátok és az adott terméktől függően, akár 75-100 féle erősen izomzatépítő kivonatot találhatsz meg. Az ilyen összetett táplálék kiegészítővel, és az ilyen tiszta kivonatok

tartalmazó tápanyagokkal lehetséges természetes módszerrel maximalizálni az izomzatnövekedésed.

A legtöbb sportoló ahhoz, hogy a maximális izomzatnövelő fokozatot el tudja érni, rengeteg táplálék kiegészítőt vásárol meg, mely nemcsak hogy sokba kerül, hanem odafigyelést is igényel.

EZT AKARJUK KIKÜSZÖBÖLNI A CREATESTONNAL

Mellé további kiegészítőket értelmetlen vásárolnod, hiszen ezt úgy állítottuk össze, hogy az egyes összetevők egymást felerősítve működjenek. Így lehetséges, hogy minimális kiadással, a maximális eredményt tudod elérni.



A Createstonnal képes leszel a saját lehetőségeidhez és genetikádhoz képest a legerőteljesebb és legszálkásabb testformát létrehozni 5-6 hét leforgása alatt, azaz:

- ✓ 4-6 kg izomtömeg
- ✓ 35-47%-kal nagyobb erő (mérések alapján)
- ✓ 20-30%-kal nagyobb kitartási erő
- ✓ mínusz 1-2 kg testzsír

A Createston mindenkinek a szervezetében működik és talán éppen ezért, az eredményessége miatt a legkeresettebb all-in-one formula Európában!

A Createston természetes, mellékhatás mentes formula. Spenót kivonatot és szteroid saponinokat



tartalmaz mely anyagok még nem kerültek fel a nemzetközi doppinglistákra. A Total Solution technológiával gyártott aminosav-malát összetevők a Createston elfogyasztása után már percekben belül megindítják az izomfehérje-szintézist a testedben.

- ✓ **A Createston 75-100 féle hatóanyagot tartalmaz, melyek egymás működését erősítik.**
- ✓ **A fehérjetartalom 50%-ban szabad aminosavakból áll, a maradék 50% pedig peptidekből, illetve proteinekből.**
- ✓ **A szabad aminosav tartalom a legmodernebb Total Solution vagy/ és etil-észter technológiával gyártott aminosavakból áll. Ezek kevésbé polárisak és jobban hasznosulnak,**

mint a normál szabad aminosavak.

- ✓ **A Createston alacsony szénhidrát tartalmú, ám rendkívül jó ízű. Emellett a hatóanyag és speciális kivonat tartalma emelt.**
- ✓ **Whey izolátumból kinyert speciális protein frakciót tartalmaz.**

A Createston három variációban létezik:

- ✓ **az átlagos anyagcserével rendelkező sportolók részére a Createston 2012**
- ✓ **a gyors anyagcserével rendelkezők részére, vagy lassú izomzatépítéshez a Createston Massiv**
- ✓ **a profi sportolók számára pedig a Createston Professional**

LESUKOV, OROSZ TESTÉPÍTŐ FENOMÉN SAJÁT ALL-IN-ONE TERMÉKFEJLESZTÉSE A TRI ANABOL!

Tri Anabol

Lesukovval karöltve fejlesztettük a Tri Anabol, melyben alkalmaztuk az összes elérhető technológiai innovációt. Így létrejött egy doppingmentes, ám de közel gyógyszer hatékonyságú termék.

Ez az edzés utáni formula a három, főbb anabolikus tényező szabályozását viszi véghez a szervezetekben, több mint 100 féle összetevőjével.

- ✓ **a létező leganabolikusabb hormon, az inzulin háztartásod befolyásolja**
- ✓ **fokozza a tesztoszteron kiválasztásod**
- ✓ **fokozza a növekedési hormon IGF-1 termelődésed.**

A fenti hármass hatásának köszönhetően a Tri Anabol drámai változtatásokat végez a testedben, melynek gyorsasága már-már megközelíti az anabolikus szteroidok hatékonyságát. Alexey Lesukov is ezt használja tömegnövelésre!



Ár: 22.790Ft - Kiszerezés(ek): 1500 g / doboz (1450 g por + 50 db 1000 mg-os kapszula)



CSÚCSFEHÉRJÉK – EZZEL KEZD!

FÜGGETLENÜL A CÉLODTÓL, EZ AZ ÚJ VERZIÓSZÁMÚ TÁPLÁLKOZÁSOD ALFÁJA ÉS OMEGÁJA!

Ha sem fehérjepor formájában, sem a normál étkezéseiddel nem fogyasztasz elegendő mennyiségű fehérjét és aminosavat, akkor a szervezeted ezeket az izomzatod leépítéséből fogja beszerezni.

MEKKORA A NAPI FEHÉRJE SZÜKSÉGLETED ÉS MI AZ ELSŐDLEGES ELŐNYÜK A SZÁMODRA?

A Német Táplálkozástudományi Intézet a felnőtt ember fehérjeszükségletét 0,8 g fehérje/testsúly kg értékben határozta meg. Ezt a javaslatot időközben felülbírálták. Így kialakítottak egy irányértéket, mely a 2 g fehérje/testsúly kg az aktív embereknél, de a legtöbb atléta még ezt is túllépi.

A fehérjében gazdag táplálkozás nemcsak az izomépítésed szempontjából előnyös, hanem azért is, mert a fehérjeporok teltségérzetet okoznak, tehát akadályozzák a túlevést és a testzsír felhalmozódását is a testedben.

MI A SPENÓT KIVONAT A FEHÉRJEPOROKBAN, AZAZ MITŐL MÁS EGY PEAK FEHÉRJEPOR MINT A TÖBBI?

Ha fehérjéket fogyasztasz és az emésztőrendszered jól működik, talán elég sok aminosav kerül a véredbe a fehérjeturmixodból.

De ez nem azt jelenti, hogy az elfogyasztott aminosavak és fehérjék az izomzatod építésére lesznek felhasználva a szervezetedben. A felszívódás a kulcsszó.

Ez azt jelenti, hogy törődnöd kell azzal is, hogy a bevitt fehérjék a testedben átalakuljanak a szervezeted számára hasznos proteinekké, izomszövetekké, hormonokká.

Csak két lehetséges út van ahhoz, hogy a testedben a felszívódást serkentsük. A fehérjeporhoz hozzáadott L leucin aminosav és/vagy a spenót kivonat, azaz a beta ecdysteron.

Ha emeljük a fehérjekoncentrátum L leucin tartalmát, akkor ez a fehérjepor kb. kétszer olyan jól szívódik fel a szervezetedben. Ha spenót kivonatot teszünk a proteinporba, akkor ez a fehérjepor kb. hatszor olyan jól szívódik fel a testedben. A Peak a proteinkoncentrátumaiban ezeket a táplálkozástudományi trükköket alkalmazza.

GYORS FELSZÍVÓDÁSÚ FEHÉRJÉK

A gyors felszívódású fehérjék arról ismeretesek, hogy az aminosav tartalmuk rövid időn belül a vérbe kerül, méghozzá nagy mennyiségben. A gyors fehérjék szinte azonnal a véráramba kerülnek, ám nem túl sok ideig maradnak ott, emiatt az izomzat leépítése ellen nem igazán nyújtanak védelmet az éhezéssel szemben.



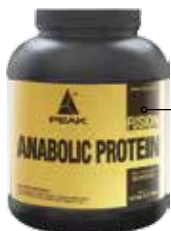
Ár: 8.690Ft - 17.490Ft
Kiszerezés(ek): 2260 g / doboz
1000 g / utántöltő

A LEGNAGYOBB DÓZIS SPENÓT KIVONATOT TARTALMAZÓ PEAK FEHÉRJE, MELYEL GARANTÁLTAN HATSZOR GYORSABBAN NÖVEKEDNEK IZMAID.

Whey Fusion

A Whey Fusion emésztőenzimeket, hozzáadott leucint és glutamint tartalmaz, de közben nagyon finom maradt. Profi fehérje, profi sportolóknak! Több mint 90% fehérjetartalommal, 104-159 biológiai értékkel, és hat féle whey proteinnel készült, amelyek iszonyú gyorsan felszívódnak és edzés után azonnal ellátják az izmaid aminosavakkal!

- ✓ a legnagyobb dózisu spenót kivonat tartalom a fehérjék között
- ✓ hat féle whey protein
- ✓ hozzáadott L leucin, L glutamin aminosavak



Ár: 7.690Ft - 15.990Ft
Kiszerezés(ek): Doboz 2260g /
utántöltő 1000g

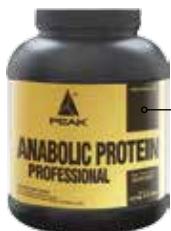
ZSÍRANYAGCSERE GYORSÍTÁSA SZEMPONTJÁBÓL IS HATÉKONY FEHÉRJEPORT KERESEL? EZ AZ!

Anabolic Protein Fusion

Az Anabolic Protein Fusion befolyással van a zsírégetésre is, míg a tiszta whey proteinek erre nem képesek. Ha tehát ha optimális hormonháztartást, izomkeménységet, definíciót szeretnél elérni, akkor ez a protein a legmegfelelőbb. Optimális fehérje keverék, whey protein izolátummal, whey protein koncentrátummal, whey protein hidrolizátummal és nagyon jól oldódó szója protein izolátummal. A szokásos Peak adalékok, mint a szabad L leucin, glutamin, spenót kivonat és az emésztőenzimek természetesen nem maradhattak ki belőle.

- ✓ spenót kivonat
- ✓ hozzáadott L leucin, L glutamin aminosavak
- ✓ anyagcsere gyorsító hatású, szálkásító





Ár: 11.990Ft
Kiszérlés(ek): 1000 g / doboz

AZ EGYIK LEGÜTŐSEBB PROTEINPOR DIÉTÁHOZ ÉS IZOMÉPÍTÉSHEZ EGYARÁNT, LÁTHATÓ EREDMÉNNYEL AKÁR MÁR NÉHÁNY HÉT ALATT!

Anabolic Protein Professional

Az Anabolic Protein Professional 65% whey protein izolátumot és 35% izoflavon-mentes, gyógyszerészetű tisztaságú szója protein izolátumot tartalmaz. Természetesen ez a fehérjepor is spenót kivonattal, emésztőenzimekkel és L leucinnal dúsított.

- ✓ spenót kivonat
- ✓ csúcs whey izolátum
- ✓ hozzáadott L leucin, L glutamin aminosavak



Ár: 10.790Ft
Kiszérlés(ek): 907 g /doboz

IZOMZATÉPÍTÉS EGY FRISSÍTŐ ITAL SEGÍTSÉGÉVEL, TURMIXOLÁS ÉS VESZŐDSÉG NÉLKÜL!

Whey20

Vége az emésztési gondokat okozó fehérjéknek! Egy új technológia tette lehetővé, hogy olyan fehérjeturmixot ihass, ami valójában italpor. A Whey20-ból frissítő italt készíthetsz, bárhol, bármikor és nem kell többet a turmixokkal szenvedned. Vízben tökéletesen oldódik, neked egyet kell tenned, a WHEY20-t vízzel elkeverni – és már kész is! Ez a művelet bárhol elvégezhető, mindezt bárhol el tudod készíteni, akár munkahelyen, iskolában, vagy a konditeremben – hiszen csak egy ivóvízcsap kell hozzá. Vidd magaddal a shakered aljába kanalazva a port, és bárhol el tudod készíteni az italod!

- ✓ italpor, fehérjeturmix hatékonysággal
- ✓ csak egy vízcsap kell hozzá és kész is
- ✓ ultra gyors felszívódás



Ár: 7.790Ft - 16.490Ft
Kiszérlés(ek): 2,26 kg / doboz,
1000 g/utántöltő

NE KÖSS KOMPROMISSZUMOT! MAXIMÁLIS ÍZ ÉS MAXIMÁLIS HATÉKONYSÁG NULLA HOZZÁADOTT SZÉNHIDRÁT ÉS ZSÍRTARTALOM MELLETT!

Delicious Whey

A megalkotásának a koncepciója az volt, hogy alkossunk meg egy ízletes tejsavó fehérjét, nagyon magas hatékonysággal, de hozzáadott szénhidrátok és zsírok nélkül. A Delicious Whey fehérje nagy részben, 35%-ban keresztszűrt és ultra szűrt whey protein izolátumot tartalmaz és magas értékű keresztszűrt és ultra szűrt whey protein koncentrátumot. További izomzatépítő fokozó a hozzáadott L leucin, és az emésztőenzimek.

- ✓ kiemelkedően finom íz
- ✓ 3 féle emésztőenzim
- ✓ hozzáadott L leucin, L glutamin aminosavak





Ár: 6.490Ft
Kiszerezés(ek): 1000 g / doboz

IZOFLAVONMENTES SZÓJA PROTEIN IZOLÁTUM, AZAZ NINCS NEGATÍV HATÁSSAL A TESZTOSZTERON SZINTEDRE!

Soy Protein

Nem génezelt és teljesen tiszta szója protein izolátum, amelyet akkor is ihatsz, ha laktózérzékeny vagy. A biológiai értéke 85, a fehérje tartalma pedig 95 %-os, ezért az izomzatépítéshez pont olyan jó, mint a tej és a húsprotein. Azonban funkcionalitása figyelemreméltó, mert hat a koleszterinszintre, az immunrendszeredre, a csontok sűrűségére, a hormonháztartásra, az inzulin érzékenységre és a pajzsmirigyre, melyek folytán ez egy egészségvédő, zsírégető típusú protein.

- ✓ izoflavonmentes nincs hatással a tesztó szintre
- ✓ anyagcsere gyorsító hatás
- ✓ laktózmentes



LASSÚ FELSZÍVÓDÁSÚ FEHÉRJÉK

A gyors felszívódású fehérjék arról ismeretesek, hogy az aminosav tartalmuk rövid időn belül a vérbe kerül, még hozzá nagy mennyiségben. A gyors fehérjék szinte azonnal a véráramba kerülnek, ám nem túl sok ideig maradnak ott, emiatt az izomzat leépítése ellen nem igazán nyújtanak védelmet az éhezéssel időszakokban.



Ár: 8.800Ft
Kiszerezés(ek): 1000 g / utántöltő

STABILIZÁLD AZ IZOMZATOD, VAGY TÚNTESD EL A HASAD EGY OLYAN TIME RELEASED FEHÉRJÉVEL, AMI NAGYON SOKÁIG ELTELÍ!

Micellar Casein

Lassú felszívódású fehérjepor, tehát fokozatosan jut az aminosav tartalma a véráramba. Ha a hasadon lévő zsírpárnáktól szeretnél megszabadulni, nagy előnye, hogy a kazein fehérje koagulálódik a gyomrod-ban. Biokémiai nézőpontból megközelítve ez azt jelenti, hogy ez a protein megszilárdul a gyomrod-ban. Ez telítettség érzést ad, védi az izomzatod a lassú és fokozatos aminosav felszívódás miatt. 80-83%-os fehérjetartalmú, és természetesen hozzáadott emésztőenzimeket is tartalmaz.

- ✓ krémes, finom íz
- ✓ 3 féle emésztőenzim
- ✓ hozzáadott L leucin, L glutamin aminosavak





Ár: 9.490Ft

Kiszerezés(ek): 1000 g / utántöltő

MINDEN EGYES IZOMSEJTEDET MEGVÉDI! HASZNÁLD HA EGY PERCED SINCΣ NAPKÖZBEN!

Multi Protein Complex

Immár 10 féle fehérjefajta keveréke, ami azért rendkívüli, mert ha egész nap dolgozol, stresszelsz, ro-hansz, akkor nincs időd napi több alkalommal fehérjeturmixokat keverni. Ebben a fehérjében gondolkodj, ha nincs időd, mert ezzel a lassú felszívódással minden egyes izomsejtet megvédi! Biológia értéke 157 vagy még magasabb, összetétele nagyon hasonlít az emberi fehérjére. Ezáltal a szervezeted jobban fel tudja használni és beépíteni az izomzatba, mint más fehérjéket.

- ✓ **spenót kivonat**
- ✓ **3 féle emésztőenzim**
- ✓ **hozzáadott L leucin, L glutamin aminosavak**



Ár: 5.590Ft - 12.200Ft

Kiszerezés(ek): 1000 g / utántöltő, 2260 g / doboz

BELÉPŐ ÁRON ISMERKEDJ MEG A CSÚCSFEHÉRJÉK VILÁGÁVAL! EZ A LEGKEDVEZŐBB ÁRU FEHÉRJEPOR A PEAKTÓL

Protein 85

A Protein 85 fehérjeport azért fejlesztettük, hogy könnyebben elszánd magad és megtedd az első lépést a drága, ám sokkal eredményesebben használható fehérjeporok világába. Ez a fehérjepor az, amellyel bármikor próbát tehetsz. A három féle fehérje alapanyagban lévő aminosavak biológiailag kiegészítik egymást és így keverve, már egy 124 biológiai értékű, Protein 85 port alkotnak. Lassú felszívódás, de kizárólag magas minőségben.

- ✓ **3 féle fehérje keveréke**
- ✓ **lassú felszívódás**
- ✓ **124-es, azaz magas biológiai érték**



Ár: 8.200Ft

Kiszerezés(ek): 1000 g / utántöltő

FEHÉRJE A HIHETETLEN KEMÉNY IZOMZATHOZ. A VERSENY IDŐSZAK ELENGEDHETETLEN KELLÉKE!

Mega Protein

A Mega Protein a testépítésben már régóta használt keverék szója és tojásalbumin fehérjéből, így ha laktóz érzékenyen vagy, használhatod. Magas 124-es biológiai értéke miatt kiváló az izomfelépítéshez is. A tejfehérjékkel ellentétben a Mega Protein nem tárol vizet a bőröd alatt, ezzel lehetővé teszi a száraz és kemény izomzat megjelenítését. Kizárólag a tojásalbumin fehérjefajta képes szabályozni a vízháztartásodat, mondhatjuk úgyis, hogy a Mega Protein vízhajtó fehérje.

- ✓ **laktózmentes**
- ✓ **vízháztartást szabályozó tojásalbumin**
- ✓ **elnyújtott felszívódás**





EDZÉS ELŐTTI BEDURRANTÓK

MIRE VALÓK AZ EDZÉS ELŐTTI BEDURRANTÓK?

Az edzés előtti, azaz pre-workout boosterek biztonságosak, ha egy jó nevű gyártótól származnak, és olyan alapokat is tartalmaznak, mint aminosavak, kreatin, nitrogén oxid fokozók, gyors szénhidrátok, és növényi hatóanyagok, akár 80-100 félt!

TE IS 5 PERC ALATT AKARSZ IZOMZATNÖVEKEDÉST! AKKOR MIÉRT NEM GYORSÍTOD?

Ez a fent említett hatóanyag mennyiség, és sokszínűség mind arra képes, hogy stimulálja az izomzatod növekedését. A kreatin több vizet tart a testedben, mely a megfelelő környezet az izomsejt-

jeid növekedéséhez, a serkentő hatóanyagok, vagy termogének energikussá tesznek az edzéshez, a nitrogén oxid fokozók az izmaidhoz nagyobb vérátömlést eredményeznek, és edzés közben az erős izompumpálás még erősebben fokozza a sejteid tápanyag ellátottságát.

Ezek a tényezők összeadva, gyorsabb és intenzívebb eredményt hoznak Neked. A pre-workout, azaz edzés előtti bedurrantók úgy működnek, hogy nagy mennyiségű és nagyon változatos, esszenciális építő blokkokat juttatnak az izomzatod számára, már az edzésed alatt. Ez tehát azt jelenti, hogy nemcsak energizál az edzésed során a bedurrantód, hanem azonnali tápanyag ellátottságot biztosít számodra, mely nagyon fontos az edzésed során.

A PRE-WORKOUT, AZAZ EDZÉS ELŐTTI BOOSTEREK MILYEN ELŐNYÖKET JELENTENEK SZÁMODRA?

- ✓ Gyorsabb az izomzatod regenerálódási ideje
- ✓ Erős izompumpálás edzés alatt
- ✓ Kitölt fáradtsági küszöb edzés alatt, hosszú idejű kitartás
- ✓ Energiaforrás az azonnali izomzatépítéshez
- ✓ Csökkenti az izomzatod fáradását
- ✓ A koncentrációképességed javul, a mentális fókusz az edzéshez maximális



Ár: 20.990Ft
Kiszerezés(ek): 1000 g (950g
por+50db 1000mg-os kapszula)/
doboz

AZ ELSŐ NITRÁT VEGYÜLETEKET TARTALMAZÓ EDZÉS ELŐTTI BEDURRANTÓ, AMITŐL KI FOGOD VERNI A BIZTOSÍTÉKOT!

Nitronium

Ha egyszer elfogyasztottad, a nitrát vegyületek nagyon gyorsan nitrogén oxiddá alakulnak. Az NO szabályozza a vérömlést az izomzatodba, szabályozza az izmaid összehúzódását, mozgását. Szabályozza a sejtek légzését és ezek a funkciók hihetetlen lökést tudnak adni a sportteljesítményed fokozásában.

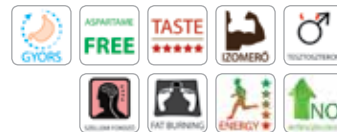
Aminosav-nitrátok, kreatin-nitrát vegyületek, magas fehérjetartalom, aminosav formulák és viszonylag kevés szénhidrát. A szénhidráttartalom természetesen kizárólag a hatékonyság miatt, a Nitronium része. 100%-ban doppingmentes, csúcs edzés előtti bedurrantó. Hihetetlenül erős edzés előtti booster!

A Nitronium azonban tartalmaz egy speciális anyagot 110 másik mellett. Ez a DMAE, azaz a dimetilaminoetanol. A DMAE-t a mentális tevékenység fokozására használják, mivel kimutatták, hogy segíti az összpontosítást, koncentrációt és növeli mentális éberséget.

A jelek szerint egyfajta „agystimulálóként” is működik, és növeli az erőt adó energiaszintedet. Röviden a lényege: ne depizz, indulj el edzeni!

Klinikai tanulmányok igazolták, a DMAE pozitív befolyással van a hangulatodra, éberré tesz és vitaminokkal és ásványanyagokkal alkalmazva, folyamatos érzelmi problémákkal küszködő betegek állapotára is jótékonyan hat.

- ✓ **110 féle hatóanyag egy termékben**
- ✓ **világújdonság a piacon!**
- ✓ **egy kapszulás és egy por kiszerezésű termék egybe csomagolva**



„Bőrviszketés: pipa, izzadás: pipa, erő: maximumon, állóképesség: maximumon, fáradtság: nyoma sincs, még másfél óra intenzív edzés, szuperszetekkel, edzés előtt és után 10-10 perc futással, és hasazással sem! Más bedurrantó? Mehet a levesbe!” - **Ds Attila**



Ár: 16.490Ft
Kiszárlés(ek): 600g / doboz

NO KREATIN, NO SZÉNHIDRÁT, NO FELPÖRGÉS! EZ A NITROGÉN OXID FOKOZÓ NEM HIZLAL, ÉS NEM PÖRGET FEL! EZ A VASODILATOR!

Vasodilator

Brutális edzés előtti bedurrantó kreatin és koffein nélkül, minimális szénhidrát tartalommal, de maximális NO fokozással. A Vasodilatorral úgy fogsz fejlődni, mint még soha és az alvással sem lesznek problémáid!

Nitrogén oxid fokozó már rengeteg van a piacon, azonban egyik sem hasonlítható Lesukov vasodilatához!

Az NO szintézis fokozás a testedben arra jó, hogy vérátfolyás képességed növekedjen, azaz több tápanyag és oxigén szállítódjon az izomzatodba, ezzel nagyobb teljesítményre serkentve Téged. Ez érvényes a nemi rendszeredre és az izompumpálásra is.

A nagy különbség az, hogy a VasodilatorNEM tartalmaz termogéneket, viszont bcaa aminosavakat nitrát kötésben igen. Azaz a pörgés, az erős bedurrantó hatás és az extrém hatékonyság kizárólag a valódi hatóanyag tartalmának köszönhető, azaz a benne lévő hatalmas dózis aminosavaknak.

Az embertelen erőd és kitartásod, az edzés során a vazo-anabolikus aminosavak és segéd-vasodilátorok biztosítják. Ha már elegend van abból, hogy éjszaka álmatlanul forgolódsz mert a termogének ébren tartanak akkor a Vasodilator a Te edzés előtti bedurrantód!

- ✓ **nem tartalmaz felpörgés okozó hatóanyagot**
- ✓ **este is beveheted**
- ✓ **maximális bedurrantás aminosavakkal**



„Mivel edzőként dolgozom, sok esetben csak késő este tudok edzeni. A Vasodilátort ilyenkor is bátran használhatom, hiszen nincsenek benne termogének. Leedzem, és akár egyből ugorhatok is az ágyba aludni. Persze, csak az edzés utáni turmixon elfogyasztása után.” - **Alexey Lesukov**



Ár: 19.690Ft
Kiszérelés(ek): 950 g por + 50 db kapszula/ doboz

EZ ÜTNI FOG!

Plutonium

Brutális izompumpálást eredményez, az izmaid maximális megnyúlását, gyors erőnövekedést és robbanásszerű energianövekedést, hiszen a tested több mint 100 féle anabol és anti-katabol tápanyaggal látja el.

A Plutonium extrém erős! Ha kezdő vagy, vagy érzékeny a felpörgető hatóanyagokra, akkor csak fél adaggal kezd. Alexey Lesukov, orosz testépítő fenomen is ezt használja, hogy miért?

Mert minden arginin vegyületet és arginin elő anyagot bejuttat a szervezetbe melyek az ereid tágítását a maximumig fokozzák. Ezután valójában nyitva az út, ahhoz hogy az 100 féle izomzatépítő tápanyag valósággal benyomódjon a sejtjeidbe, ezzel okozva a brutális izompumpálást, mely a „felrobbanás” érzést adva.

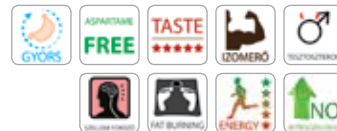
15 féle kreatin formulát és kreatin-támogató vegyületeket tartalmaz, melyek együttevve masszívan betöltik az izmaidat. Ezért képesek az izomsejtek ebben az állapotban a legnagyobb megnyúlásra, mely a leggyorsabb növekedést és erőfejlődést hozza neked.

Tehát fokozza az energiaszintet és ez az összetett pörgető és tápanyag formula valóságos nyomóhullámmá fokozza az éberségedet. A Plutoniummal csak egy cél jár az agyadban - nekigyürkőzni a súlynak és felrobbanni!

Az edzések során a Plutoniummal úgy fogsz izzadni, mint még soha addig. Ezért a mikro tápanyagok fokozott pótlása a szervezeted számára az optimális izomnövekedéshez alapvető fontosságú. Ezért a Plutoniumot úgy alkottuk meg, hogy ehhez minden szükséges anyagot bejuttasson a testedbe.

Az ajánlott adagolást semmilyen esetben se lépd túl! Aki már használta, tudja!

- ✓ **100 féle hatóanyag egy termékben**
- ✓ **hihetetlen hatékonyság**
- ✓ **egy kapszulás és egy por kiszérelésű termék egybe csomagolva**



„Plutonium! Egy állat szer!” - **Horváth Zoltán**



Ár: 16.390Ft
Kiszerelés(ek): 1400 g / doboz

MEGFELEL A BEDURRANTÓD AMINOSAV LEADÁSI SORRENDJE A MAXIMÁLIS FEJLŐDÉSEDHEZ?

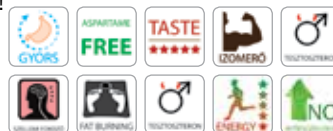
X Pump Fusion

Az X Pump olyan edzés előtti bedurrantó, ami az összes, a világgpiacon elérhető kreatin vegyületet, tesztoszteronfokozót és nitrogén oxid szabályozó anyagot tartalmazza, de ez csak az „alap”. A bcaak, arginin, és glutamin aminosavak mellett, tartalmazza az egyedülálló aminosav formulát az Amino Fusiont.

E különleges frakció előnye az, hogy az egyes aminosavakat egy különleges, az izomfehérje-szintézist fokozó sorrendben adja le és szabadítja fel magából.

Ezzel pontosan megfelel az izomfelépítő folyamatid szükségletének!

- ✓ **speciális aminosav frakció**
- ✓ **hozzáadott szabad aminosavak**
- ✓ **erős felpörgés edzés előtt**



Ár: 9.790Ft
Kiszerelés(ek): 240 db 900 mg-os kapszula / doboz

NO FOKOZÁS KIZÁRÓLAG ARGININ ÉS CITRULLIN VEGYÜLETEKKEL! ÉREZNI FOGOD A MELEGSÉGET A GYOMRODBAN!

Arginin Fusion

Az egyik első NO fokozó volt amely egyszerre 17 féle nitrogén oxid szintézis fokozó anyagot tartalmazott egyszerre, melyek egymás hatását felerősítik. Azonnal megérzed a hatását ha bevetted, mert vérbőséget okoz az emésztőrendszeredben is. Ez a melegség érzés kb 15 percen belül elmúlik, viszont az izompumpálásod brutális lesz!

- ✓ **17 féle arginin és citrullin aminosav formula**
- ✓ **maximális NO fokozás aminosavakkal**
- ✓ **kreatin és termogén mentes**



HASZNÁLJ AMINOSAV KIEGÉSZÍTŐKET, HA AZONNALI TELJESÍTMÉNYUGRÁST SZERETNÉLI.



A tiger is walking from left to right in a naturalistic enclosure. The tiger is the central focus of the image, with its orange and black stripes clearly visible. The background is dark and somewhat blurry, suggesting a natural habitat with trees and rocks. The lighting is dramatic, highlighting the tiger's fur.

HASZNÁLJ AMINOSAV KIEGÉSZÍTŐKET, HA AZONNALI TELJESÍTMÉNYUGRÁST SZERETNÉL!

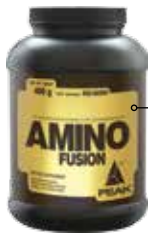
ERRE A FEHÉRJEKONCENTRÁTUMOK NEM KÉPESEK.

MIT TUDNAK AZ ESSZENCIÁLIS AMINOSAVAK ÉS A HÍRES ALCSOPORT A BCAA AMINOSAVAK?

Mik azok az aminosavak?

Az aminosavak a fehérjék alkotóelemei és ezek az izomzatépítéshez nélkülözhetetlenül szükséges alapanyagok. Pillanatnyilag 22 féle aminosavat különböztetünk meg az emberi szervezetben. Mindnek egyenként is sajátos funkciói vannak a testedben. Ezek közül 8 aminosav az életedhez nélkülözhetetlen, azaz esszenciális, míg a többi aminosavat a szervezeted elő tudja saját maga állítani többé-kevésbé.

Az esszenciális aminosavak alcsoportja a BCAA-k, melyek célzottan a fehérjeszintézis megindítására képesek, ha azok nagy mennyiségben a véráramba kerülnek. Ha sportolsz kiemelten szükségesek!



Ár: 11.490Ft
Kiszereles(ek): 400 g / doboz

KÜSZÖBÖLD KI A TÚLADAGOLÁST ÉS AZ ALULADAGOLÁS EGYSZERRE EZZEL AZ ITALPORRAL!

Amino Fusion

A különleges az Amino Fusionban az, hogy az aminosav profilja pontosan olyan, mint ami az izomzatépítő és az antikatabol folyamatok fenntartásához szükséges az edzéseid alatt. Így azonnal új izomzat képes épülni.

Ez a pontos összeállítás a német Aerotop Laborral együtt dolgozva készült. Az aminosav felhasználás edzés közben és az izomfehérje-szintézis a sejtekben analitikai módszerekkel került meghatározásra. Ennek eredményeképpen az Amino Fusion a legprecízebb, gyors felszívódású aminosav formula, mely a rendelkezésre áll.

- ✓ elkerülsz vele az aminosav alul adagolást
- ✓ elkerülsz vele az aminosav túladagolást
- ✓ azonnal oldódik



Ár: 9.790Ft
Kiszereles(ek): 500 g / doboz

A VÍZBEN OLDHATATLAN SZABAD AMINOSAVAKAT OLDHATÓVÁ TETTÜK, ÍGY AZONNAL AZ IZOMZATODBA NYOMULHATNAK!

EAA TST

Az EAA TST finom italpor, amely az összes esszenciális aminosavat tartalmazza. Az izomfehérje képződése során gyorsan működő és nagy mennyiségű EAA aminosavakra van szüksége az izomzatodnak.

Ezek pontosan ilyen formában vannak jelen a malátsavban feloldott, megszáritott és kristályosított esszenciális aminosav kiegészítőnkben. Vízben feloldható, iszonyú gyors, már 10 perccel a bevétele után a véredben van!

- ✓ tartalmazza az összes esszenciális aminosavat
- ✓ Total Solution technológiás aminosavak
- ✓ egyenértékű az aminosav infúziók gyorsaságával





Ár: 8.200Ft

Kiszérelés(ek): 1000 ml / flakon

FINOM AMINOSAV KONCENTRÁTUM, MELY HOZZÁADOTT SZÉNHYDRÁTOKAT NEM TARTALMAZ!

Amino Juice

Az Amino Juice az esszenciális aminosavak mellett további nem esszenciális aminosavakat is tartalmaz, mint az L-carnitin, taurin és ornitin. A legnagyobb előnye hogy finom, könnyű lenyelni, és gyakorlatilag már 15 percen belül a vérredbe jut.

Azonban az Amino Juice nem képes sokáig hatni. Akkor alkalmazhatod jól, ha nagyon gyors aminosav bevételre van szükséged, tehát stressz-szituációkban, vizsgák, edzés előtt, edzés után rögtön vagy reggelente étkezéskor.

- ✓ **esszenciális és nem esszenciális aminosav tartalom**
- ✓ **gyors felszívódás**
- ✓ **finom íz cukor nélkül**



Ár: 8.200Ft

Kiszérelés(ek): 325 db 2000 mg-os tablettá

ELRÁGHATÓ AMINOSAV TABLETTA! DOBD BE A ZSEBEDBE, ÉS MÁR INDULHATSZ IS!

Whey Amino

A Whey Amino magas értékű whey proteinből nyert, 8 esszenciális és 14 nem esszenciális aminosav tartalmú, nagy dózisu kiegészítő. A Whey Amino igen kedvező árban van, mivel drága növényi kivonatot nem tartalmaz.

- ✓ **elrágható tabletták**
- ✓ **kedvező ár**
- ✓ **nagy kiszérelés, mely sokáig kitart**



Ár: 8.200Ft

Kiszérelés(ek): 150 db 2000 mg-os tablettá

LASSÚ FELSZÍVÓDÁSÚ AMINOSAV TABLETTÁK SPENÓT KIVONATTAL, HOGY EGÉSZ NAP VÉDJE AZ IZOMZATOD!

Iso Amino

Az Iso Amino az új high-tech tablettázó eljárásoknak és a pillanatnyilag legmodernebb kereszt átfolyás szűrésnek köszönhetően sokkal több és magasabb értékű aminosavat és peptidet tartalmaz, mint a hasonló átlagos aminosav tabletták. Az egyetlen lassú felszívódású Peak aminosav tablettá, amely spenót kivonattal készül.

- ✓ **spenót kivonat**
- ✓ **hozzáadott, szabad L leucin aminosav**
- ✓ **késleltetett felszívódás**



MIÉRT HASZNÁLJ BCAA AMINOSAVAKAT AKÁR GYÚRSZ, AKÁR FUTSZ, TENISZEZEL, VAGY CSAK LEADNÁD AZ ÚSZÓGUMID?

A BCAA-k háromféle aminosavat jelentenek, ez pedig az L leucin, L izoleucin és az L valin, melyek a Te szempontjából a legfontosabb építő anyagok, akkor, ha izomzatodat növelnéd, vagy akár fogynál.

A BCAA-k agilis építőelemek a sejteidben, melyek az impulzust adják a szervezetben az izomzatépítés indulásához. Tehát kettős hatásfunkcióval rendelkeznek: megindítják az izomfehérje szintézist és maguk is beépülnek az izomzatodba.

Kevesen tudják, hogy további előnyeik is vannak:

- ✓ **fokozzák a kitartásod az edzésen**
- ✓ **a mentális kedvedet javítják, hatásukra igenis elmész futni**
- ✓ **energizálnak az edzések alatt**
- ✓ **fáradtságérzeted megjelenését késleltetik, tovább bírod az edzést**

A BCAA-k, mint zsírégetők is működnek. Az igen makacs barna zsírszövetekből álló zsírrétegek ellen is hatékonyak, csökkentik az éhségérzeted, és a mentális funkcióid is javulnak.

Akár egy kemény reggeli futóedzés után is tudsz teljesíteni a munkahelyeden.



Ár: 10.790Ft

Kiszerezés(ek): 500 g / doboz

**HATÉKONYSÁGA EGYENÉRTÉKŰ EGY AMINOSAV INFÚZIÓ BEADÁSÁVAL
EGYENESEN A VÉRÁRAMBA. NEM KELL EMÉSZTENED ÉS AZONNAL MŰKÖDIK!**

BCAA TST

Ennek az italpornak az a lényege, hogy a vízben oldhatatlan szabad aminosavakat oldhatóvá tettük, így azonnal az izomzatodba nyomulhatnak! A bcaa aminosavak egyébként nem oldódnak vízben így az emésztésük is lassabb. Ahhoz, hogy elinduljon az izomzatépítés, nagy mennyiségben kell egyszerre bcaa és esszenciális aminosavaknak a sejtek közötti térben lenniük. Ez nem oldható meg, csak aminosav infúziókkal, vagy pedig TS technológiás aminosavakkal.

- ✓ **egyenértékű az aminosav infúziók gyorsaságával**
- ✓ **Total Solution technológiás aminosavak**
- ✓ **3 féle ízben**





Ár: 13.200Ft
Kiszerezés(ek): 500 g / doboz

NO SZINTÉZIS ÉS BCAA CSÚCSTECHNOLÓGIA EGYBEN, MELYEK EGYÜTT MÉG GYORSABBAN ÉPÍTENEK!

BCAA TNT

Ha a bcaa-k és a nitrát kötésben lévő aminosavak egymás hatékonyságát fokozottan növelik. Ideális aminosav ital edzés előtt és közben, akkor, ha keményen edzel és gyúrsz, mert a fizikai teljesítményed maximális lesz.

2002-ben Bendahan mutatta ki, hogy a citrullin-malát az aerob teljesítőképességet különösképpen feljavitotta és az ATP-szintet gyorsabban visszaállította eredeti állapotára mely eredmények mind-mind nyilvánvalóan késleltetik a fáradtságérzés létrejöttét. Sosem fogsz elfáradni!

- ✓ **Nitrát kötésű és Total Solution technológiás aminosavak**
- ✓ **Nitrogén oxid szintézis fokozás**
- ✓ **egyenértékű az aminosav infúziók gyorsaságával**



Ár: 9.790Ft
Kiszerezés(ek): 240 db 1000 mg-os kapszula / doboz

BCAA AMINOSAVAK BRUTÁLIS DÓZISBAN, HA NEM SZERETNÉL AZ ITALPOROKKAL VACAKOLNI! CSAK PROFIKNAK!

Amino Anabol

Az Amino Anabol a három bcaa aminosavat, az L leucint, L izoleucint és az L valint sport specifikus arányban tartalmazza, amely nem olyan egyszerű, mint aminek tűnik.

Edzéskor és után több leucinra van szükséged az izomszintézis elindításához, és nagyobb az L leucin veszteséged az izomzatodból sport közben, a másik két bcaa aminosavhoz képest.

Két speciális összetevő, a piperin és a fenugreek kivonat, azt biztosítja, hogy az Amino Anabol nagy dózisú bcaa tartalma, fel is szívódjon a gyomrodból. A fenugreek steroidal saponin tartalma pedig be is juttatja a teljes hatóanyag mennyiséget az izomzatodba.

- ✓ **sportspecifikus bcaa aminosav arány**
- ✓ **növényi szteroid összetevő**
- ✓ **gyors felszívódás**





Ár: 11.490Ft
Kiszerezés(ek): 240 db 1000
mg-os kapszula/doboz

HASZNÁLD, HA BRUTÁLIS HOSSZÚ EDZÉSEID VANNAK, KÜLÖNBEN LEÉPÜLSZ!

Amino Anabol Professional

HMB és brutális gyors bcaa észterek egy termékben! Bcaaminosavak, HMB, szteroid saponinok minden egyben amit el tudsz képzelni! A HMB hasonló funkcióval bír, mint a leucin, de elsődleges célja az hogy meggátolja az izmaid lebontását. A HMB elősegíti a sovány izomtömeged felépítését és a zsírvégetést is.

A legújabb technológiai eljárással készült etil észter bcaa vegyületek, pedig iszonyatosan gyorsan felszívódnak, még akkor is, ha a bélfőrád nincs jó állapotban.

- ✓ **hozzáadott HMB tartalom**
- ✓ **növényi szteroid összetevő**
- ✓ **speciális, észter kötésű aminosavak, iszonyú gyors felszívódás**



Ár: 14.890Ft
Kiszerezés(ek): 400 g / doboz

A LEGNAGYOBB DÓZISÚ SPENÓT KIVONATOT TARTALMAZÓ ITALPOR TELJESÍTMÉNYFOKOZÓ A HATSZOROS FEJLŐDÉSEDÉRT!

Leusteron TST

A leucin aminosav az izomsejtek egyik építőanyaga, de emellett van még egy fontos funkciója, ez pedig az 'indító feladata' az izomfehérje-szintézis során. A spenót kivonat beta-ecdysteron tartalma az izomfehérje-szintézist erősen befolyásolja, és az izmaid növekedését egyértelműen előmozdítja.

A beta ecdysteron és a leucin megfelelő táplálkozással párosítva, a sejtfehérje szintézist és az izomzatépítést rendkívüli módon felgyorsítja! Ha sietsz, a Leusteront válaszd!

- ✓ **spenót kivonat nagy dózisban**
- ✓ **L leucin TST szabad aminosav**
- ✓ **finom italpor**



„Megrendeltem tőletek a Leusteron-t. Edzés közben fogyasztom és kellemesen fáradtság nélkül edzek le. Gondolkodtam azon is, mi lenne napközben, étkezések között innám ezt a keveréket! Eredmény: egész nap töltöttséget ad és folyamatos izom keménységet! Az íz nagyon ott van, 650ml kulacsban estig pont el vagyok vele.” - **Miki**



Ár: 6.490Ft
Kiszereles(ek): 150 db 2000
mg-os tablettá

HOSSZÚ TÁVRA KIFEJLESZTETT BCAA AMINOSAVAK, AMELYEK ÍGY AZ EGÉSZ NAP FOLYAMÁN VÉDIK AZ IZOMZATOD!

Mega BCAA

A Mega BCAA ellentétben az előző bcaa termékkel, lassú és folyamatos felszívódású BCAA aminosavakat tartalmaz. Diéta és izomfájdalom esetén mindenképpen használd napközben.

A lassú felszívódás által fokozza a BCAA aminosavak hatásait, és a zsíraleépítés és az izomvédelem tekintetében hasznos!

- ✓ **elnyújtott felszívódás**
- ✓ **védi az izomzatod a leépüléstől**
- ✓ **magas hatóanyag tartalmú tabletták**



MIÉRT VÁLASSZ SZABAD AMINOSAV TÁPLÁLÉK KIEGÉSZÍTŐT?

Az ilyen aminosav kiegészítők változatos és célzott hatással rendelkeznek, mivel mindegyik más más testi funkcióért felelős. A fehérjetartalmú ételeidben és a fehérjeporokban is találhatsz ezekből az aminosavakból, de ott kötött formában vannak jelen.

Szabadon, és izoláltan célzott, és nagyon erős hatékonyságra képesek.

Például elérheted velük :

- ✓ **a felpörgést**
- ✓ **a nyugodt alvást**
- ✓ **a nitrogén oxid szintézis fokozódását a testedben**
- ✓ **és ide tartozik a glutamin is, amely a közhiedelmekkel ellentétben, nem esszenciális aminosav, mert a bcaa aminosavakból a tested elő tudja állítani.**

MIT KELL TUDNOD A GLUTAMINRÓL?

Ha sportolsz, fogynál egy kicsit, legyengültél egy betegségtől, vagy folyton fáj a gyomrod, a glutamin segíthet. Nem mellékes, hogy másnaposság esetén is helyreállítja a rendet a testedben és jobban fogod érezni magad! Közvetlenül az edzések előtt és után a glutamin aminosav hiány a szervezetekben olyan magasra emelkedik, hogy ezt pótolnod kell.

A glutamin pontosan úgy, ahogy az alanin és a BCAA-k, a sporttevékenység során, mint segédanyag, a szervezeted számára szükséges energia biztosításakor, elég. Például egy maratoni távfutó teste akár 30 gr. glutamint is kivon a szervezetéből, és eléget.



Ár: 8.000Ft
Kiszárlás(ek): 500 g / doboz

ÍZTELEN POR, AMELY VISSZATÖLTI AZ EDZÉSED ALATT ELÉGETETT GLUTAMIN MENNYISÉG EGY RÉSZÉT.

Glutamin por

Szabad formában lévő L glutamin por. A szabad L-glutamin viszonylag rosszul szívódik fel, ezért azt ajánljuk, hogy a fogyasztásakor a nyelved alatt tartsd fél percig és csak ezután nyeld le. Ettől függetlenül az immunrendszered erősítésére kiváló, és a tegnap bulit is hamar kihevered hatására.

- ✓ emésztést nem igénylő L glutamin
- ✓ könnyű bevitel, íztelen por
- ✓ használd túl sok alkohol elfogyasztása után!



Ár: 8.190Ft
Kiszárlás(ek): 200 db 1000 mg-os kapszula / doboz

EGY GLUTAMIN AMELY VALÓBAN BEJUT AZ IZMAIDBA!

Glutamin Fusion

Ez a glutamin valóban hatékony az izomzatépítéshez, mert a tudomány pillanatnyi állása szerinti legjobban hasznosítható glutamin formulákat tartalmazza. Olyan glutamin vegyületeket tartalmaz, amelyek eljutnak az izomzatodba!

- ✓ glutamin formula, amely eljut az izomzatodba
- ✓ izomzatépítésre alkalmas glutamin
- ✓ erős immunrendszer erősítő hatás



MIÉRT KELLENE, HOGY ÉRDEKELJEN TÉGED IS A NITROGÉN OXID SZINTÉZIS FOKOZÁSA?

Az egyik legnagyobb áttörő minőségű felfedezés volt a sportolói teljesítményfokozás kutatásban, hogy kiderült: a nitrogén oxid (NO) hihetetlenül fontos jelző molekula a testedben. Az egészséged meglétéhez nélkülözhetetlen, a szív és érrendszer megfelelő kondíciójához pedig életfontosságú.

Talán mostanra már tudod: az egyik funkciója a vazodiláció elősegítése az érrendszerben, azaz az ereket tágító hatása, mely fokozza a vérátömlés nagyságát, és pozitívan folyásolja be a vérnyomást.

Mára speciális nitrogén oxid fokozókat fejlesztettek ki a tudósok, ezeket az Edzés előtti bedurrantók szekcióban találsz!



Ár: 6.490Ft
Kiszárazás(ek): 120 db 1000
mg-os kapszula / doboz

AZ ARGININ AMINOSAV A NITROGÉN OXID SZINTÉZIS ALAPJA.

Arginin

Kipróbálhatod az Arginint a férfi potenciád emelésére is, mert a testedben a szöveteken átömlő vér mennyiségét növeli, mellyel a férfiak szexuális teljesítményüket tudják fokozni természetes módon. Nem hátrány tudni, hogy ez a hatás nők esetében is fenn áll, azaz a barátnődnek is adhatod belőle!

A Nitrox alapja ugyanúgy a szabad L arginin aminosav, azonban MSM-et is tartalmaz.

A hatása fokozott lehet, hiszen az MSM az ízületek és a csontszövetek vérellátottságát is növeli. Az Arginin Fusion brutális arginin kiegészítőt az edzés előtti bedurrantók között találsz, extrém hatékonysága miatt.

- ✓ **szabad arginin aminosav**
- ✓ **emeli a férfi potenciád**
- ✓ **a barátnőd szexuális vágyát is növelheti**





Ár: 4.900Ft
Kiszárlás(ek): 120 db 1000
mg-os kapszula / doboz

FEJEZD BE A DEPIZÉST! HA NEM MEGY, HASZNÁLJ TYROSINT!

Tyrosin

Ez az aminosav az adrenalin és a dopamin elő anyaga, melyek ingerületátvivő anyagok. Röviden tehát, a tyrosin aminosavból a tested olyan hormonokat tud előállítani, amelyek jobb kedvre derítenek. Nem véletlen, hogy a kokain függők gyógykezelésében is használják, pótlólagos anyagként.

Mi az amit elérhetsz vele?

- ✓ **mentális és fizikai frissesség**
- ✓ **fokozott koncentráció képesség akár a munkahelyeden is vagy tanulásakor**
- ✓ **növeli a fizikai teljesítményed**
- ✓ **csökkenti az éhségérzetet**



Ár: 4.300Ft
Kiszárlás(ek): 120 db 1000
mg-os kapszula / doboz

HA MÁR FOGYASZTOTTÁL ENERGIATALT, AKKOR ISMERED A TAURINT! ÍGY AZONBAN SOKKAL MAGASABB A DÓZIS AMIT BEVEHETSZ!

Taurin

A Peak sokféle terméke tartalmaz taurint, mert sokféle funkciója van: a sejteid vízháztartását kontrollálja, csökkenti a sejteid inzulin ellenálló képességét, azaz akadályozza a cukorbetegség kialakulását is, sőt sokféle toxin semlegesítésére is képes.

Főképpen az agyban található meg a legnagyobb mennyiségben, és a memóriádat tartja karban, fokozza a tanulási képességeid és azonnali hatásként hangulatjavító hatással rendelkezik!

- ✓ **hangulatjavító hatás**
- ✓ **fokozódó tanulási képesség**
- ✓ **sejttérfogató szabályozó hatás**





FELEJTSD EL A HERPESZT LYSINNEL!

Lysin

Ha vegetáriánus vagy, tudnod kell, hogy a növényi fehérjékben a lysin rendkívül kevés, ezért ez esetben mindenképpen szükséges használnod, hiszen ez az életedhez szükséges egyik aminosav. A másik fontos tulajdonsága, hogy a HERPES SIMPLEX vírus ellen küzd, akadályozza a betegség kialakulását és enyhíti a már kialakult tüneteket.

Ár: 4.900Ft

Kiszárlés(ek): 120 db 900 mg-os kapszula / doboz

Ha sokszor, visszatérően kínoz a herpesz, melytől megszabadulni nagyon nehézkes, gondolkodj el a Lysin aminosav használatán.

- ✓ aminosav herpesz vírus ellen
- ✓ vegetáriánusként használnod kellene
- ✓ szabad formában lévő aminosav



HA ÉJSZAKA IS AZON AGYALSZ, HOGYAN KERESHETNÉL TÖBB PÉNZT, AKKOR NEKED SZÜKSÉGED VAN EGY ELLAZÍTÓ AMINOSAVRA!

Gaba XT

A gyógyszerek helyett ideje hogy olyan természetes anyagokban gondolkodj, amelyekkel kialakod magad, mert a Gaba XT másnapra sem dönti romba az aktivitásod. Elyomja a stressz hormonok hatásait, amelyek nap mint nap termelődnek a szervezetedben, gátolva ezzel az esti lefekvés előtti ellazulásod. Természetes úton szabályozza az elalvást, így ha kikészültél a munkahelyeden, sokat fog segíteni.

Ár: 8.190Ft

Kiszárlés(ek): 120 db 1000 mg-os kapszula / doboz

- ✓ hatására elalszol
- ✓ levertség nélküli ébredés a használata után
- ✓ természetes hatóanyag



NEMCSAK AZ IZMAID ÉPÜLÉSÉHEZ, HANEM A NYUGODT ALVÁSOD LÉTREJÖTTÉHEZ IS SZÜKSÉGED VAN RÁ!

Tryptophan

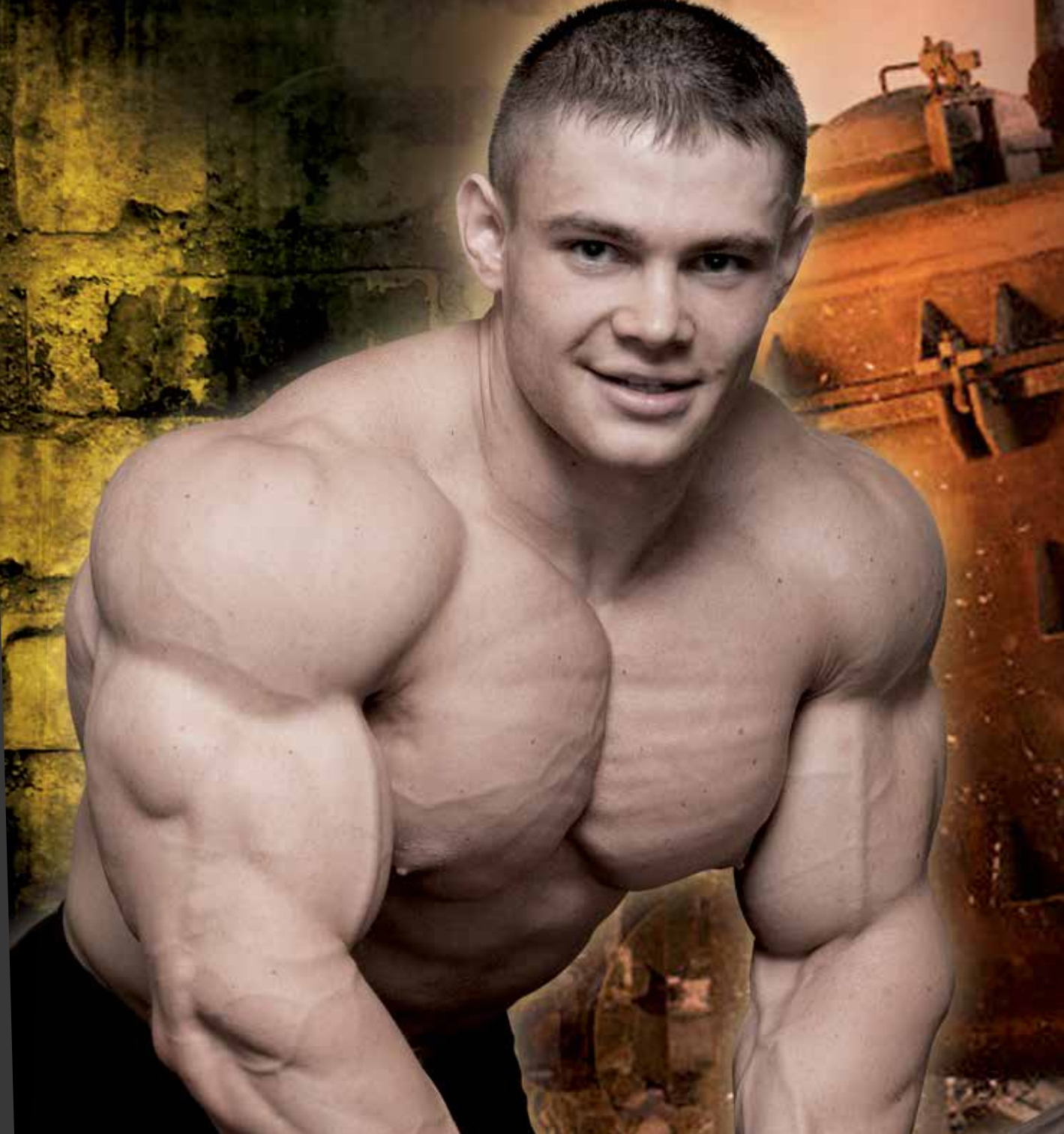
A tryptophan aminosav ugyanúgy, mint a többi 7 esszenciális aminosav, nélkülözhetetlen az izomzatépítéshez. A szerotonin hormon elő anyaga, azaz a tested a tryptophanból szerotonint képes előállítani, amelynek hatására elalszol.

Ár: 6.490Ft

Kiszárlés(ek): 60 db 900 mg-os kapszula / doboz

- ✓ az izomzatépítéshez nélkülözhetetlen
- ✓ hatására elalszol
- ✓ levertség nélküli ébredés a használata után





TÖMEGNÖVELŐK ÉS SZÉNHIDRÁTOK

MIÉRT SZÜKSÉGES FÉRFI SPORTOLÓKÉNT SZÉNHIDRÁTOKAT HASZNÁLNOD?

A sportban a szénhidrátok fogyasztásának oka más mint első látásra tűnik. Nemcsak az az oka, hogy a sportoló éhes edzés után.

A tömegnövelődben lévő szénhidrátok hatására az inzulin szinted emelkedni kezd. Az inzulin még a tesztoszteronnál is anabolikusabb, azaz izomzatépítőbb hatású hormon! Ennél többet egyik hormon sem tud izomzatnövelésben hozni.

A tömegnövelődet edzés után megittad, a szénhidrát tartalma megemeli az inzulinszintedet így azok az egyéb tápanyagok melyeket a véredbe jutattál a tömegnövelőddel. Ennek hatására a gyors felszívódású fehérjék, aminosavak, spenót kivonat, leucin, kreatin valósággal a sejtekbe nyomulnak. Inzulin nélkül (tehát szénhidrátok nélkül) ez a folyamat sokkal kevésbé intenzív.

MILYEN ELŐNYÖKKEL JÁR TEHÁT HA TÖMEGNÖVELŐKET VAGY SZÉNHIDRÁTOKAT HASZNÁLSZ EDZÉS UTÁN?

- ✓ Fokozzák a leganabolikusabb hormon, az inzulin kiválasztását a testedben
- ✓ Megoldást jelentenek ahhoz, hogy ne merülj ki. Gyorsan visszatöltik az izomzatod glikogén raktárait az edzés után, mely sejt térfogat növelő hatású és regenerál a tested
- ✓ Gyorsan, nagy mennyiségű energiát juttatsz be vele a szervezetedbe, így másnap is intenzíven sportolhatsz



Ár: 8.190Ft
Kiszerezés(ek): 1500 g / utántöltő

MAGAS FEHÉRJETARTALMÚ TÖMEGNÖVELŐ SPENÓT KIVONATTAL A GYORS FEJLŐDÉSEDÉRT!

Buildup

A legnagyobb előnye az, hogy 45%-ban fehérjét tartalmaz, és a fehérjekomponense is gyorsítja az anyagcserédet. A spenót kivonat és a hozzáadott L leucin aminosav, ugyanakkor a hatszorosára fokozza az aminosavak felszívódását az izomzatodba.

Ezek együttesen a maximális erő- és izomzatnövekedést indukálják a testedben, miközben a lehetőségekhez képest legalacsonyabb testzsír arány fenntartható.

- ✓ magas fehérjetartalmú, anyagcsere gyorsító hatással
- ✓ spenót kivonat tartalmú
- ✓ gyors szénhidrát tartalma visszatölti az izmaid



Ár: 12.490Ft
Kiszerezés(ek): 3180 g / doboz

FINOM TÖMEGNÖVELŐ, JÓ ÁRON, DE A LEGJOBB ADALÉKOKKAL PL. SPENÓT KIVONATTAL!

Supreme Mass

Akkor használd a Supreme Masst, ha gyors az anyagcseréd, vagy vékonyabb alkat vagy. Finom ízű így naponta többször alkalmazhatod, és nem maradtak belőle ki az olyan felszívódás fokozók, mint a beta ecdysteron spenót kivonatból vagy a hozzáadott L leucin.

A fehérjetartalmát a professzionális Whey Fusion fehérjepor adja, így a fejlődésed gyorsasága már csak a fehérje-összetevője miatt is borítékolható.

- ✓ hat féle whey proteint tartalmaz
- ✓ spenót kivonat tartalmú
- ✓ gyors szénhidrát tartalma visszatölti az izmaid



„A Supreme Mass még a Createston előtt került piacra, bár már azóta rengeteg további fejlesztésen esett át. A kezdeti tömegemet a Supreme Mass-nak köszönhetem, évekig ettem!” - **Thomas Scheu**, többszörös testépítő világbajnok



Ár: 5.490Ft
Kiszerezés(ek): 3500 g / doboz

MALTODEXTRIN GYORS FELSZÍVÓDÁSÚ SZÉNHIDRÁT, HA SAJÁT MAGAD KEVERNÉD AZ EDZÉS UTÁNI TURMIXOD!

Glucofast

A Glucofast közép molekulás szénhidrát hidrolizátum, azaz azonnal visszatölti az izmaid elfogyasztott energiakészletét edzés után. Inzulin reakciót vált ki. Így a 'legizomzatépítőbb' hormon, az inzulin valósággal az izomsejtjeidbe préseli a tápanyagokat sportolás után. Érdemes használnod akkor is, ha izotóniás italként, kitartási sportokban, futók esetében, küzdősportokban szeretnél

- ✓ gyorsan felszívódó szénhidrát
- ✓ inzulin hullámot vált ki
- ✓ nem terheli meg a gyomrod



Ár: 6.490Ft
Kiszerezés(ek): 1650 g / doboz

AZ EMELT SZINT A SZÉNHIDRÁT VISSZATÖLTÉSHEZ! A SPECIÁLIS ADALÉKOKKAL KIEMELKEDŐ IZOMPUMPÁLÁST BIZTOSÍT NEKED!

Cellforce

A Cellforce szénhidrát-energizáló kiegészítő, azaz dextróz, taurinnal, D-ribose-al, inosinnal, glukoronolaktonnal és alfa-liponsavval. Nagyon gyorsan visszanyered az erőd hatására, de ezek a professzionális hatóanyagok, plusz izompumpálást is biztosítanak számodra.

- ✓ gyorsan regenerál edzés után
- ✓ 3 féle, professzionális szénhidrátot tartalmaz
- ✓ speciális adalékok a zsírosodás ellen



Ár: 8.190Ft
Kiszerezés(ek): 1800 g / utántöltő

KREATIN, GLUTAMIN ÉS GYORS SZÉNHIDRÁTOK EGYBEN! ÉRJ EL KOMOLY EREDMÉNYT HETEKEN BELÜL!

Cellmax

A Cellmax kreatin monohidrátot, szénhidrát szállító mátrixot, glutamint, taurint, vitaminokat és ásványi anyagokat tartalmaz, azaz elég sok összetevős ahhoz, hogy heteken belül komoly eredményeket érhesz el vele az izomtömeged növelésében.

Ez a kreatin formula nagyszerűen helyreállítja a sejtjeid kreatin tartalmát, de kiváló hatással van az izomerődre, a kitartásodra, a regenerációdra, és sprint futásokhoz is használd!

- ✓ szabad L glutamin tartalom
- ✓ gyorsan felszívódó dextróz
- ✓ kreatin monohidrát tartalom





KELL E NEKED KREATIN VAGY SEM?

MI AZ A KREATIN?

A kreatin egy olyan vegyület, melyet szervezeted három aminosavból állít elő. A kreatin termelés a májban, a vesékben és a hasnyálmirigyben történik. A kreatin megtalálható az élelmiszerekben, legnagyobb mértékben a vörös húsokban, tehát az étkezésekkel is a szervezetedbe kerül.

A kreatin kb. 95%-a az izomzatban tárolódik. Férfiakban, nyugalmi helyzetben, kb. 4 gramm kreatin található meg testsúly kilogrammonként. Az elérhető kreatin mennyisége a testedben attól függ, hogy mennyire élsz aktív életet.

MIÉRT HASZNÁLJ KREATINT AKÁR HOBBISPORTOLÓKÉNT IS?

Egyik táplálék kiegészítőnek sincs olyan múltja és nem övezi olyan figyelem, mint a kreatint. Mára már megszámlálhatatlan klinikai tanulmány áll rendelkezésre a kreatin hatékonyságáról a sportban. Már már a nemcsak a testépítők és az erősportolók kö-

reiben maradt, hanem a kitartási sportokat űzők pl. a focisták, futók, úszóknak is használják.

Profitálhatsz a kreatin használatából. Nem véletlen, hogy világszerte alkalmazzák. A leggyakrabban fogyasztott táplálék kiegészítő a fehérjék és az izotónikus italok mellett.

A létező legkülönbözőbb tanulmányok mutattak a kreatin erő és gyorsasági erőnövelő hatékonyságára, vagy az intenzív edzések alatti később jelentkező fáradtságra.

Összefoglalva tehát a kreatin hatására intenzívebb edzések miatt teljesítménynövekedést és izomzatfejlődést tudsz elérni. A kreatin szedésével több energia áll a szervezeted rendelkezésére, mely energiát jelent a növekedési folyamatokhoz is. Ez eredményezi a zsírintes izomtömeg fokozatos épülését is. A kreatin a vízháztartást is befolyásolja, mely környezet előnyt jelent az izomzatépítő (anabol) és az izomzat térfogatát növelő folyamatokra is.

HOGYAN MŰKÖDIK A KREATIN A TESTEDBEN?

A kreatin adja az izmaid teljesítmény leadó képességét (erő és kitartás) kreatin táplálék kiegészítő fogyasztása nélkül is. A kreatin olyan energiaanyag, mely az izmokban energiaforrásként, az izomerő kifejtésekor az ATP előállításához elhasználódik.

Az ATP kreatinból, szénhidrátokból, fehérjékből és más szabályozóanyagokból keletkezik a testedben. Ez az anyag szabályozza az izmaid teljesítőképességét, az izmok összehúzódásához nélkülözhetetlen. Az ATP a fizikai terhelés első 2-3 másodpercére elég. A további erő kifejtéshez a testednek más energiaforrásokat kell felhasználnia.

A kreatin tüzelőanyag az ATP szintéziséhez, tehát nyilvánvaló hogy ezzel energiát szolgáltat az izmok további erő kifejtéséhez. A kreatin kiegészítőként való alkalmazása tehát nemcsak a fent leírt teljesítménynövekedést okozza, hanem optimalizálja az ATP termelődését, valamint további életfolyamatokat segít elő, mint pl. a testsejtek építése, antitestek termelődése, és az agyi funkciók karbantartása.

HOGYAN HASZNÁLD ÉS VAN E MELLÉKHATÁSA?

A kreatin formulák modern sportolói alkalmazása kb. napi 3 gr tiszta kreatin bevitelét írja elő, de ez az a mennyiség, amely a testsúlytól és az adott személy edzés intenzitásától függően változhat. Ez az a mennyiség egész évben folyamatosan szedhető.

Több hetes kreatinkúrák, melynek során nagyon magas kreatin mennyiségekkel töltik fel szervezetüket a sportolók mára már kiöregedtek. Túl sok kreatin a szervezettedben nem kívánt hatást ér el: az izomzatod a túlادagolásra, a kreatin tároló képesség csökkenésével reagál.

A kreatin normál mennyiségekben alkalmazva, abszolút mellékhatás mentes és az egészségre ártalmatlan. Megfelelő módon szedve eredményes táplálék kiegészítő. Az egyetlen mellékhatása az 1-10%-os testsúlynövekedés, mely a nagyobb terfgotatú izomzat miatt alakul ki és amely sok sportolónál kívánt hatás.

MELYIK KREATIN KIEGÉSZÍTŐT VÁLASZD?

Rengeteg vegyület, por, rágótabletta vagy kapszula van a piacon kreatin kiegészítőkből.

A konkrét kreatin vegyület összehasonlító táblázatot letöltheted a www.peakman.hu oldalról a QR kódot beolvasva.



Azonban tudnod kell: ha a végcélod az erő és izomzatnövelés akkor, hallgass Thomas Scheu testépítő világbajnokra:

„A legtöbb atlétánál tökéletesen működik a jó öreg kreatin monohidrát. Ebből adódik, hogy a sportolók többsége a hatékonyságon felbuzdulva drágább kreatin formulákra költi a pénzét, ahelyett hogy inkább további hatékony teljesítményfokozókat, vagy egy összetettebb terméket vásárolnának, mint például a Createston. Ha a célod az erő és száraz izomzatnövelés, méghozzá gyorsan, akkor ne akard Te összeállítani a táplálék kiegészítőidet, mikor a Createston 100 féle hatóanyagot ad a kezvedbe.”





Ár: 9.790Ft
Kiszerezés(ek): Doboz / 240 db
950mg-os kapszula = 228g

A KREATIN, AMELY NEM VIZESÍTI A TESTEDET, ÉS SZÉNHIDRÁTOK NÉLKÜL IS BEJUT AZ IZOMZATODBA!

Cre AKG

A Cre AKG a legjobb kreatin vegyület pillanatnyilag a piacon. Ez azt jelenti, hogy gyorsan a véráramba kerül, nem okoz emésztési problémákat, nem kell elhízást okozó szénhidrát kiegészítőt használnod, hogy az izomzatodba jusson, sőt akg része erősíti a szervezeted saját glutamin termelését.

Ha nem mindegy Neked, hogy mi az amit használsz a teljesítményfokozáshoz vagy a növekedéshez a Cre AKG-ben gondolkodj!

- ✓ **nem vizesíti a tested ez a kreatin**
- ✓ **szénhidrátokat sem kell használnod mellé**
- ✓ **önállóan felszívódik az izomzatodba**



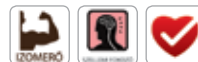
Ár: 8.190Ft
Kiszerezés(ek): 240 db 1000 mg-
os kapszula, 240 g/doboz

13 FÉLE KREATIN VEGYÜLET EGY TERMÉKBEN, HOGY AKÁR LEHETETLEN KÖRÜLMÉNYEK KÖZÖTT IS FELSZÍVÓDJON A GYOMRODBÓL!

Creain Hyperfusion

Pillanatnyilag az összes a világgpiacokon fellelhető kreatin formulát tartalmazza, így a maximális eredményt érheted el vele, hiszen rendkívül jól szívódik fel. Nem terheli meg a szervezeted, és a sokfélesége miatt minden oldalról előbbre mozdítja az izomzatépítést a testedben.

- ✓ **13 féle kreatin vegyület egyben**
- ✓ **nem terheli meg a gyomrodat**
- ✓ **a sok összetevő miatt mindenkinek működik**



Ár: 9.790Ft
Kiszerezés(ek): 240 db 950 mg-
os kapszula / doboz

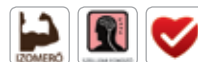
KREATIN MONOHIDRÁT NÖVÉNYI SZTEROIDOKKAL FELTURBÓZVA?

Creain XT

A Creain XT szénhidrátok fogyasztása nélkül is optimálisan működik a testedben, mert pinitolt és növényi szteroidokat tartalmaz. A pinitol az inzulin hormon működését imitálja, így segítségével bejut a kreatin monohidrát az izmaidba, elhízást okozó szénhidrátok nélkül is.

Mindezek mellett a Creain XT tesztoszteron háztartásodra is pozitív kihatással van, hiszen az egyik leghatékonyabb tesztoszteron fokozót, a fenugreek kivonatot tartalmazza.

- ✓ **szénhidrátokat sem kell használnod mellé**
- ✓ **növényi szteroid tartalom**
- ✓ **fokozza a tesztoszteron termelésed**





Ár: 4.890Ft
Kiszerezés(ek): 200 db 950 mg-os kapszula / doboz

HA NEM MŰKÖDÖTT A KREATIN MONOHIDRÁT A TE ESETEDBEN, ELSŐKÉNT A CREATIN MALÁTOT PRÓBÁLD KI!

Creatin Malat

A Creatin malat egy speciális kreatin kombináció malát savval, amely különösen jól oldódik, ezért könnyen felszívódik és nem terheli a gyomrod. Sőt a malát sav legnépszerűbb előnyeit is szállítja Neked, azaz energizál és stimulálja az anyagcserédet is!

- ✓ **nem terheli a gyomrod**
- ✓ **jól felszívódó malát formula**
- ✓ **energizál**



Ár: 5.490Ft
Kiszerezés(ek): 240 db 1000 mg-os kapszula

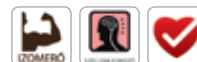
SOK A GYOMORSAVAD? AKKOR ELBUKTAD A KREATIN MONOHIDRÁT HASZNÁLATÁT!

Alkalyn Creatin

A nagy előnye az, hogy az alkáli vegyület része megvédi a gyomrodban a kreatint a gyomorsavtól. Ugyanis savas környezetben a kreatin a szervezeted számára használhatatlanná alakul. Ez nemcsak a vesédet károsíthatja, hanem olyan tüneteket is okozhat, mint a hányás, hasmenés, görcsök, puffadás.

Ez a sportolók 10-20%-nál fordul elő. Az Alkalyn Creatin használatával ezeket a mellékhatásokat elkerülheted.

- ✓ **a gyomor savas környezetében is működő kreatin**
- ✓ **nem terheli a gyomrod**
- ✓ **kedvező ár**



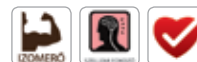
Ár: 5.490Ft
Kiszerezés(ek): 500 g/ doboz

A JÓ ÖREG KREATIN MONOHIDRÁT A SPORTOLÓK 80%-ÁNAK MŰKÖDIK!

Creatin Powder

A Peak kreatinja 100 % tisztaságú kreatin-monohidrát por alakban, mely egy klasszikus táplálék kiegészítő. Természetesen a hozzáadott B vitamin komplex fokozza a felszívódását.

- ✓ **tiszta kreatin monohidrát**
- ✓ **B vitamin tartalom**
- ✓ **jól felszívódó klasszikus kreatin**



ALEXEY LESUKOV

PILLANATNYI TÖMEGNÖVELÉSI EDZÉSTERVE AZ ALÁBBI

MEGSZEREZTÜK! 2012-BEN A TÖMEGELÉSI FÁZIST

Alexey így végezte:

„Főleg alapgyakorlatokra építem a tömegnövelés időszakának edzéstervét, mert ezeket részesítem előnyben a bonyolult gépekkel szemben.

Leginkább félpiramis rendszerű edzést végzek, azaz melynek lényege, hogy minden sorozatnál növelem a súlyt és csökken-tem ismétlésszámot, vagy fordítva.

Minél nagyobb súlyokkal edzel, annál fokozatosabban és alapsabban melegíts be előtte! Nemcsak a sérülést előződ meg így, hanem teljesítményed is jóval nagyobb lesz, mint „hideg” izmokkal.

Az ismétléseket szabályosan hajtsd végre, és a súly visszaengedése, azaz negatív fázis legyen lassabb, mint a súly felemelése. Ez azért fontos, mert a súlyt eleve a nehezebb szakaszhoz állítottuk be, és ha csak visszaejted, a negatív fázis túl könnyű lesz. Ezzel lemondasz az edzéshatás feléről, ráadásul sérüléseknek teszed ki magad.

Tömegnöveléskor legfontosabbak a nagyobb izomcsoportokat terhelő alapgyakorlatok, pl. guggolás, evezés, fekvé nyomás, áthúzás. Ne végezz túl sok izolációs gyakorlatot (pl. koncentrált bicepsz, oldalemelés csigán) és túl sok sorozatot sem, mert túledzheted magad. Nagy izomcsoportokra (láb, hát, mell, váll) 6-8, kisebbekre (bicepsz, tricepsz, has, vádli, alkar) 4-5 sorozat elegendő. Több év edzés után ez 10-12-re, ill. 5-7-re növekedhet.

A pihenőidőm 2 perc a gyakorlatok között.”

HÉTFŐ – MELL-BICEPSZ-HAS

Növekvő súllyal fekvé nyomás rúddal: 1 x 12, 1 x 10, 1 x 8, 2 x 6

Növekvő súllyal fekvé nyomás 30 fokos padon kézi súllyal: 1 x 12, 1 x 10, 1 x 8, 2 x 6

Áthúzás rúddal vagy kézi súllyal: 2 x 8, 2 x 6

Pillangógép: 4 x 8

Scott padon bicepsz rúddal: 1 x 12, 1 x 10, 1 x 8, 2 x 6

Bicepsz egykezes súlyzóval váltott karral, 60 fokos padon: 4 x 9-12

Has

KEDD – LÁB-VÁDLI

Lábnnyújtás: 1 x 12, 1 x 10, 1 x 8, 2 x 6

Guggolás szabad súllyal: 1 x 8, 3 x 6

Lábtolás: 1 x 12, 1 x 10, 1 x 8, 2 x 6

Lábbicepsz: 4 x 8-10 reps

Vádli állva gépen: 4 x 12-15 reps

Vádli ülve gépen: 3 x 12-15 reps

SZERDA - NINCS EDZÉS

CSÜTÖRTÖK – HÁT-TRICEPSZ-HAS

Húzódkodás súllyal széles fogásban: 1 x 12, 1 x 10, 1 x 8, 2 x 6

Döntött törzsese evezés széles fogásban: 1 x 10, 1 x 8, 3 x 6

Füréselés kézi súllyal: 2 x 8, 2 x 6

Felhúzás vállszéles fogásban: 1 x 8, 2 x 6, 1 x 5

Tolódkodás súllyal: 2 x 8, 2 x 6

Csigán letolás egyenes rúddal: 4 x 8-10

Has

PÉNTEK - VÁLL - VÁDLI

Nyakkból nyomás 75 fokos padon kézi súllyal: 1 x 12, 1 x 10, 1 x 8, 2 x 6

Állig húzás rúddal: 1 x 12, 1 x 10, 1 x 8, 2 x 6

Előre emelés kézi súllyal: 4 x 8-10 reps

Oldalemelés: 4 x 8-10 reps

Oldalemelés döntött törzsszel: 3 x 8-10 reps

Vádli állva gépen: 4 x 12-15 reps

Vádli ülve gépen: 3 x 12-15 reps

SZOMBAT - LÁB

Lábbicepsz gépen fekvé: 4 x 8-10 reps

Merev lábú felhúzás: 1 x 12, 1 x 10, 1 x 8, 2 x 6

Lábbicepsz (egy lábon gépen): 3 x 8-10 reps

Lábnnyújtás: 4 x 8-10

Lábtoló: 4 x 8-10

VASÁRNAP - NINCS EDZÉS



TESZTOSZTERON SZINT FOKOZÓ TÁPLÁLÉK KIEGÉSZÍTŐK

Felnőtt férfiként a tesztoszteronszinted befolyásolja az alapvető maszkulin tulajdonságaidat.

TARTSD KARBAN A TESZTOSZTERON HÁZTARTÁSOD!

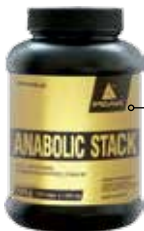
A tesztoszteron nemi hormon az izomzatépítő funkciója mellett, felelős a fokozottabb szexuális vágyadért, a kitartásért, az erőért és az agresszivitásért. A magasabb tesztoszteron szint itt a szabad tesztoszteron mennyiségét jelenti a véreredben.

A 25-ik életévedtől kezdve folyamatosan csökken a szintje, de ahhoz, hogy újra optimalizáld a tesztoszteron termelődésed remek megoldás a tesztoszteronfokozó táplálék kiegészítők használata.

A szabad tesztoszteron kiválasztást a szervezetedben nem olyan könnyű befolyásolni. Ésszerű megoldás adnak a kezvedbe, doppingmentes formában a tesztoszteronfokozó táplálék kiegészítők.

Azonban tisztában kell azzal lenned, hogy mely tevékenységeid súllyesztenek a pincébe a saját tested tesztoszteron kiválasztását:

- ✓ **mindennapi rohanás és stressz**
- ✓ **transz zsírok - sült ételek nagy mennyiségben**
- ✓ **aszpirin - főképpen ebben a rossz időben**
- ✓ **bulizás - az alkohol és a dohányzás**
- ✓ **túledzés - a túl sok edzés negatívan befolyásolja a tesztoszteron szintedet, a normál mennyiségű edzés emeli**



Ár: 12.990Ft
Kiszereles(ek): 120 db, 1000 mg-os kapszula / doboz

ERŐSEBB, MINT A SZINTETIKUS SZTEROIDOK ÉS MÉGIS TELJESEN VESZÉLYTELEN!

Anabolic Stack

Az Anabolic Stack 27 anabolikus anyaga kölcsönösen erősíti egymás hatását.

Mit fogsz tapasztalni ha használod?

Az Anabolic Stack erős inzulin és inzulin-szerű mechanizmusokat indít meg a szervezetedben, szénhidrát bevitel nélkül. Az inzulin erősebben hat az izmaidra, mint a tesztoszteron. Szinte az összes elérhető növényi kivonatot és hatóanyagot tartalmazza, amely elérhető a világpiacon és hatásos a tesztoszteron-szinted fokozásában.

Stimulálja az izomnövekedésed, a zsírégetést, növeli az erőd, a kitartásod és a szexuális potenciát. Edzés előtt vedd be! Ha használsz kreatin vagy szénhidrát kiegészítőt, Anabolic Stackkal még ütősebb lesz a kombináció!

- ✓ 27 féle tesztoszteron és teljesítményfokozó
- ✓ fokozza a szexuális potenciád
- ✓ erős növényi szteroidok



Ár: 4.900Ft
Kiszereles(ek): 60 db 1000 mg-os kapszula / doboz

A NÖVÉNYI SZTEROIDOKBÓL TESZTOSZTERON HORMONOKAT ÁLLÍT ELŐ A GYÓGYSZERIPAR. EZT TARTALMAZZA A TESTO STACK!

Testo Stack

A szaponinok olyan anyagok, melyek kémiaiilag hasonlítanak a szteroidokhoz. Ilyen teljesen természetes növényi kivonatokat tartalmaz a Testo Stack, amely amellet, hogy a tesztoszteron kiválasztásod az egekbe emeli, számos kedvező hatással is van a testedre. Az biztos, hogy ha Testo Stack-ot használsz, a barátod nem fog panaszkodni.

- ✓ 3 féle növényi hatóanyag egyben
- ✓ fokozza a szexuális potenciád
- ✓ erős növényi szteroidok





A TRIBULUS TERRESTIS A LEGISMERTEBB TESZTOSZTERONFOKOZÓ! HA RAGASZKODSZ A HAGYOMÁNYOSHOZ, A TRIBULUS MÁR BIZONYÍTOTT.

Tribulus

A Tribulus terrestris egy azonos nevű növényből készült kivonat, amelyet a cink nyomelemmel is optimalizáltunk. Ez a gyógynövénykivonat szintén szaponint tartalmaz, amely fokozza a tested tesztoszteron kiválasztását. Ha bevált Neked, semmiképp se téj el tőle!

Ár: 4.900Ft
Kiszerezés(ek): 60 db 1000 mg-os kapszula / doboz

- ✓ tribulus terrestrin nagy dózisban
- ✓ akár 41 %-al magasabb szabad tesztoszteron szint
- ✓ több mint 10 féle növényi szaponint tartalmaz



HA NAGYOBB AKTIVITÁST SZERETNÉL A PÁRKAPCSOLATODBAN, VÁLTOZTASS!

Fenuplast

A legtöbb férfi bélfűrása rossz, így valószínű a Tiéd is. A Fenuplast szaponinait egy bioreaktorban aktívá tesszük, hogy a rossz bélfűr se akadályozza a felszívódását. Így kimondhatjuk, hogy létrejött egy jobb tesztoszteronfokozó, mint a Tribulus Terrestris.

Ár: 4.900Ft
Kiszerezés(ek): 120 db 800 mg-os kapszula / doboz

A Fenuplast tucatnyi különböző szaponint tartalmaz, melyek erősítik az immunrendszered, fokozzák a lutein hormon kiválasztását a testedben, emeli a tesztoszteronszintet, javítja spermatermelést, fokozódik a fehérjék és az aminosavak hatékonyabb elraktározása az izomsejtjeidben, azaz izomzatépítő hatású közvetve.

- ✓ több mint 10 féle növényi szaponint tartalmaz
- ✓ fokozza a szexuális potenciád
- ✓ erős növényi szteroidok



MAJDNEM MINDEN SPORTOLÓ CINKHIÁNYOS. AKKOR SZINTE BIZTOS, HOGY ALACSONY A TESZTOSZTERONTERMELÉSED!

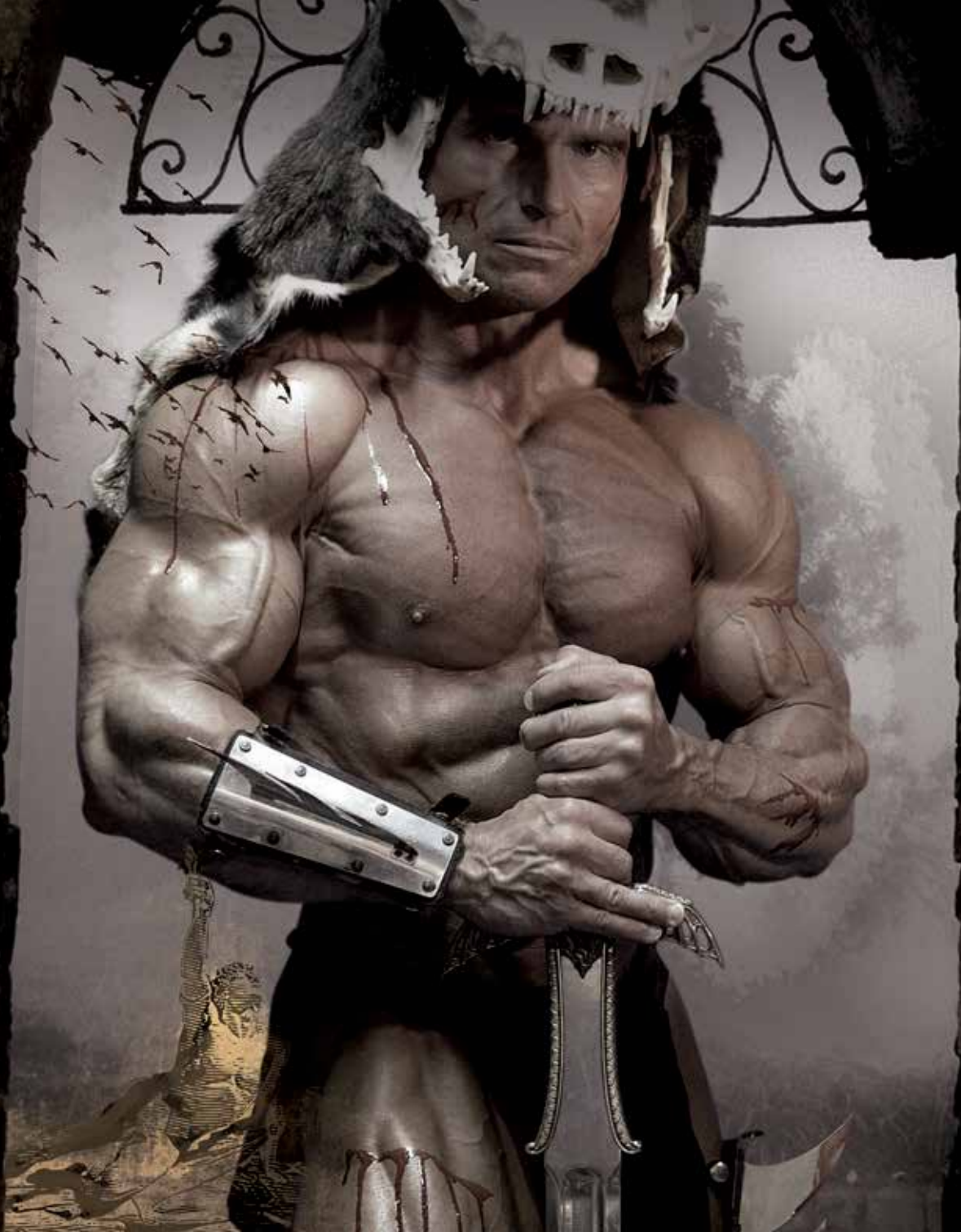
ZMA

A legtöbb sportoló általában magnézium és cink hiányban szenved, ezért a saját tesztoszterontermelésük alacsony. A ZMA nem egy varázsszer. De az emberi szervezet számára legjobb és gyorsan felszívható cink és magnézium-kiegészítő, amelyre szükség van a normális tesztoszteron kiválasztáshoz.

Ár: 4.900Ft
Kiszerezés(ek): 120 db 1100 mg-os kapszula / doboz

- ✓ optimális felszívódó cink és magnézium
- ✓ segít beállítani az optimális tesztoszteron szintet
- ✓ gyors felszívódású kapszula





TERMOGÉN ZSÍRÉGETŐK

A termogenezis az a jelenség, amikor a szervezeted fokozott hőtermelésre használja a kalóriákat és így többlet zsírt éget el. Ezt képesek a termogén zsírégetők befolyásolni.

MIK AZOK A TERMOGÉN TÁPLÁLÉK KIEGÉSZÍTŐK?

A táplálék kiegészítők képesek az anyagcseréd gyorsításával és termogenezissel a testedbe jutta-

tott kalóriák nagyobb részét elégetni. A termogén, azaz pörgető zsírégetők fokozzák az edzéshez való kedvedet, antidepresszánsként működnek, és a felpörgés által csökkentik az étvágyadat is.

Nem mellékes, hogy antidepresszánsként működnek, a munkához, és a sporthoz kedvet csinálnak, a tettekkészség jelentkezik bevételükkor, az étvágyad pedig elmúlik!

MILYEN ELŐNYEIK VANNAK SZÁMODRA?

- ✓ magas fokú koncentrációképesség
- ✓ kedv a mozgáshoz, edzéshez
- ✓ a motivációd és tettekkészséged növekszik
- ✓ csökkenő éhségérzet
- ✓ munkavégzés vagy napi tevékenység esetén is használhatod, mert nem pörget túl
- ✓ hatása lassan, és elnyújtottan múlik el, nem leszel fáradtabb
- ✓ tökéletes nagy koncentrációt igénylő, kreatív feladatokhoz is



Ár: 12.990Ft
Kiszérelés(ek): 120 db, 1000
mg-os kapszula = 120 g

HA AZ ANYAGOKAT EGYENKÉNT AKARNÁD BEVENNI, LEGALÁBB A TÍZSZERES ÁRAT KELLENE MEGFIZETNED.

Hellburner

Mivel csak kevesen ismerik a hatóanyagokat a Hellburnerben, így elképzelhető, hogy Te sem tudod besorolni a terméket a megfelelő helyére. A Hellburner a legerősebb, legjobban koncentrált gyűjteménye a leghatásosabb anyagoknak, melyet valaha is találni lehetett egy táplálék kiegészítőben.

Az utolsó zsírégető amire szükséged lesz, mert a Hellburner után már formában leszel!

A benne lévő hatóanyag arzenálnak kivétel nélkül megvan a helye a Hellburnerben. Kiemelkedő előnye azonban, hogy a hatóanyagok szinergikusan felerősítik egymást! Még jobban!

- ✓ csak akkor vedd be, ha már megszoktad a gyengébb termogéneket!
- ✓ maximális felpörgés
- ✓ 48 féle zsírégető hatóanyag



Ár: 6.490Ft
Kiszérelés(ek): 60 db 1000 mg-
os kapszula /doboz

VEDD BE, HA 200%-ON AKARSZ TELJESÍTENI!

Thermodyn

Nagyon erős, pedig természetes alapanyagú. Elsősorban a zsírégetésben lehet nagy segítség számodra, de azonnal érezni fogod a motivációt is az edzéshez, ha felszívódt a gyomrodból.

A szervezeted könnyedén viseli a szedését és a hatása elmúltával sem jelentkeznek majd az elvonási tünetek, azaz nem leszel fáradtabb, mint a bevétele előtt voltál, úgy mint kávéfogyasztás esetében.

Bármilyen sport előtt bevéve tökéletes ahhoz, hogy egy kemény edzést végezz el, de ha éjjel nincs valami programod, akkor ne használd este 6 után!

- ✓ fokozza a koncentrációképeséged
- ✓ jól irányíthatóan pörget fel
- ✓ természetes hatóanyagok





Ár: 6.490Ft
Kiszereles(ek): 120 db 1000
mg-os kapszula

HA AZ EGÉSZ NAPOD FOLYAMÁN, DÖNTÖD MAGADBA A KÁVÉT A MUNKAHELYEDEN, ITT A HATÉKONYABB MEGOLDÁS!

Speed

A Speed energizáló és zsírégető táplálék kiegészítő, amely akkor jöhet jól Neked, ha munkához vagy a tanuláshoz rengeteg kávét iszol. A kávé helyett sokkal jobb megoldás a Speed, mert nem marja a gyomor nyálkahártyád.

A koreai ginzeng tartalma a stressz ellen hat, eltörli a fáradtságérzetet, fokozza a mentális koncentráció-képességedet, és a sport tevékenységed is koncentráltabb lesz.

Egyszerrel a munkádban és az edzésedhez is használhatod!

- ✓ természetes hatóanyagok
- ✓ koreai ginzeng tartalom a fáradtság érzet ellen
- ✓ kávézás helyett jobb megoldás



Ár: 6.490Ft
Kiszereles(ek): 300 g / doboz

FINOM ITALPOR AMIBEN MINDEN BENNE VAN AHHOZ, HOGY MEGSZABADULJ AZ ÚSZÓGUMIDTÓL, MIKÖZBEN AZ IZOMZATOD IS KEMÉNYEDIK!

Speed Serum

A Speed Serum funkcionalitása az agyadra gyakorolt hatásában van, még hozzá úgy, hogy közben az izomzatod számára létfontosságú gyors bcaa aminosavakat is biztosítja.

Hatására a mentális és fizikai teljesítőképesség javul, a fáradtság megszűnik, az éhséged elmúlik, hiszen a bcaa-k elnyomják, az edzéshez való kedved javul, az erőd és a koncentrációképességed nő. A Speed Serum zsírégető és izomzatépítő tulajdonságú is egyben!

- ✓ finom italpor, 2 ízben
- ✓ gyors bcaa aminosavak Total Solution technológiával
- ✓ jól szabályozható felpörgés





Ár: 4.890Ft
Kiszárlés(ek): 120 db 850 mg-
os kapszula / doboz

UTÁLOD, HA A TERMOGÉNEK IDEGESSÉ TESZNEK? GUARANÁVAL FRISS LESZEL, DE NEM LESZ KAPKODÓ A VISELKEDÉSED!

Guarana

Ez a termogén lassabb és gyengédebb hatású a szervezetedben, ezért nem okoz kézremegést, kapkodó viselkedést. Bármikor szedheted, amikor fáradtságot érzel. A hatása lassan és fokozatosan múlik el.

Kávé fogyasztása után biztosan ismered az érzést, amikor a hatás elmúltával ólmos fáradtság jelentkezik. Guaránával ez nem fog megtörténni! Fokozatosan távozik a szervezetedből, nem hirtelen. Szédése nem károsítja a gyomrot sem.

- ✓ gyengéd felpörgés
- ✓ nem okoz kézremegést
- ✓ nem okoz kapkodó viselkedést



Ár: 2.900Ft
Kiszárlés(ek): 120 db 900 mg-
os kapszula

A VILÁG LEGISMERTEBB STIMULÁNSA EGY KAPSZULÁBAN IS ELÉRHETŐ. NE VACAKOLJ A KÁVÉVAL!

Koffein

A koffein általában a fáradtság megszüntetésére, koncentrációképeség növelésére és a teljesítőképesség növelésére és a teljesítőképesség fokozására használatos a világban.

Alkalmazhatod az edzések előtt, hogy csökkentsd az izomfájdalmaid, növelhesd a zsírégetés fokát és állóképességedet. Az orvosi közösség régebbi felfogása, miszerint a koffein káros és veszélyes az egészségre, újabban változott.

A tanulmányok kimutatták, hogy a koffein számos neurodegeneratív, és szív és érrendszeri betegség kialakulását is meggátolhatja.

- ✓ csökkenti a reakcióidődet
- ✓ csökkenti az izomfájdalmaid
- ✓ fokozódó mentális éberség



NE ADD FEL, HA NEM JÖN AZ EREDMÉNY. VÁLTOZTASS! CSEKKLISTA A TOVÁBB LÉPÉSHEZ!

A képeken olyan sportolókat látsz, akik Peak termékekkel és megfelelő táplálkozással érték el álmaikat. Egyikük sem világbajnok, vagy elérhetetlen messzeségben lévő sztár.

Hétköznapi emberek, ám kemény férfiak, akik a munkájuk, családjuk és a napi problémák mellett is elérték, amit akartak!

Ha semmi nem segít, és kilátástalannak érzed az edzéseid, vagy kidobott időnek, akkor a legjobb, amit először teszel, hogy magadban keresed először a hibát:

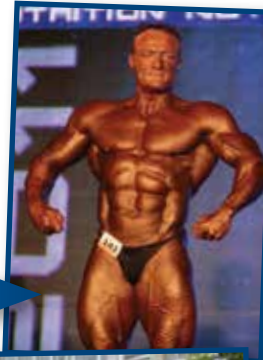
- ✓ **Tényleg mindent megtettél annak érdekében, hogy fejlődj, tovább fejlődj?**
- ✓ **Minden edzésen odatetted magad, nem csak akkor edzettél keményen mikor közeledett a strandszezon?**
- ✓ **A táplálkozásod rendben van? Ezen áll vagy bukik 70%-ban a végeredmény!**
- ✓ **Az edzés módszered a célodnak megfelelő?**
- ✓ **A táplálék kiegészítőket megfelelően használod, alkalmazod?**
- ✓ **A táplálék kiegészítőd a célodnak megfelel?**
- ✓ **Ami a legfontosabb: soha ne hasonlítsd magad másokhoz!**

Ülj le, fogj ceruzát és tervezd meg normálisan a használt táplálék kiegészítődöt, az edzéseid gyakorlataid, és az étkezéseid!

Még mindig a papír a legjobb tervezőfelület!

HAJRÁ! EGY SPORTOLÓ SOHA NEM ADJA FEL!

Szakács Sándor



Pohiba Tibor



Gencsi József



BRAD PITT IS DIÉTÁZIK, ÍGY EZ NEKED SEM SZÉGYENI!



BRAD PITT IS DIÉTÁZIK, ÍGY EZ NEKED SEM SZÉGYEN!

Ha utálod a felpörgést, mert csak agresszív leszel tőle, léteznek termogén zsírégetők is!

Ezek a táplálék kiegészítők képesek az anyagcseréd gyorsításával a testedbe juttatott kalóriák nagyobb részét elégetni.

Ide tartozik az a csoport is, amelyek blokkolni hivatott a táplálékból származó zsírok, vagy a túlzott mennyiségű szénhidrátok testzsírrá való alakulását. Ezeket akkor használd, ha úton vagy, vagy egy éttermi, üzleti megbeszélés előtt állsz.

Természetesen a böjtöd akkor lesz sikeres, ha a kalória hiány kialakult, tehát kevesebbet eszel, mint amennyire szükség van.

MIÉRT HASZNÁLJ NEM TERMOGÉN, AZAZ FELPÖRGÉST NEM OKOZÓ ZSÍRÉGETŐKET?

- ✓ ha fokozni akarod fizikai teljesítményed alacsony kalória bevitel mellett
- ✓ ha folyamatosan éhséget érzel
- ✓ ha az anyagcserédet szabályoznád
- ✓ ha utálod a termogének által okozott kapkodó viselkedést, idegességet
- ✓ ha tudod, hogy egy súlyos családi ebéd vár, vagy egy pizzázás a haverokkal



Ár: 6.490Ft
Kiszerezés(ek): 120 db, 1000
mg-os kapszula / doboz

OLYAN ERŐSEN AKTÍV ZSÍRÉGETŐ, HOGY SPORT NÉLKÜL IS FOGYÁSNAK INDULHATSZ TŐLE!

Pyruvat

Már kis mennyiségű Pyruvat bevétele rengeteg energiát szolgáltat a tested számára és ez erős anyagcsere gyorsulást okoz, így gyakorlatilag annyira aktív, hogy sportolás nélkül is fogyás indul meg.

A pyruvatot a teljesítményed növelésére is alkalmazhatod, mert több energiád lesz, és kevesebb fáradtság érzeted.

A tested energia szintje kb. 60 %-kal növekszik hatására. Ebben áll fogyasztó hatása: van energiád akkor is, amikor nem is ettél semmit.

- ✓ **nem pörget fel, bármikor bevehető**
- ✓ **17%-al növeli az energiaszinted**
- ✓ **elveszi az étvágyad**



Ár: 4.190Ft
Kiszerezés(ek): 120 db, 1000
mg-os kapszula / doboz

EZ A NÖVÉNYI KIVONAT MEGGÁTOLJA, HOGY PIZZÁD SZÉNHYDRÁT TARTALMA A HASAD ZSÍRPÁRNÁJÁVÁ ALAKULJON!

HCA

A Hca szénhidrátok zsírokká való alakulásának fokát csökkenti. Ez azt jelenti, hogy az ételeidből származó szénhidrátok nem tudnak zsírpárnákká válni, hanem a szervezeted számára elérhető formában maradnak a vérben, tehát sport közben felhasználhatóak maradnak.

Zsírszövetekké alakulva a tested már nem tud ilyen könnyen hozzájuk férni!

- ✓ **nem pörget fel**
- ✓ **elveszi az étvágyad**
- ✓ **a szénhidrátok átalakulását gátolja zsírokká**





Ár: 4.890Ft
Kiszérelés(ek): 70 db, 1400 mg-
os kapszula / doboz

ZSÍRT ÉGET ÉS IZOMZATOT ÉPÍT EGYSZERRE! EZ KELL NEKED!

CLA

A CLA az egyik legjobb zsírégető kiegészítő, pörgető hatás nélkül. Egészséges, az eredményesség garantált, ha betartod a diétádat. A legtöbb férfi célja az azonnali zsírégetés, már izomtömeg növelés közben. Ha nincs lepucolva az izomzatodat fedő zsírréteg, a látvány sosem fog tetszeni a tükörben.

A CLA erre megoldást jelenthet, mert egy norvég tanulmány bizonyította, hogy már 3 gr CLA néhány hónapon át tartó alkalmazása 5 %-nyi izomzatnövekedést, és 20 %-nyi testzsír csökkenést eredményezett a megfelelő diéta alkalmazása mellett.

Szedd, és tartsd a diétát, más dolgod nincs!

- ✓ **nem pörget fel**
- ✓ **gyorsítja az anyagcseréd**
- ✓ **az izomzatod is védi**



Ár: 3.300Ft
Kiszérelés(ek): 60 db, 1000 mg-
os kapszula / doboz

Ár: 4.900Ft
Kiszérelés(ek): 500ml-es flakon

SZÚR A SZÍVED NÉHA? KEZDJ EL KARNITINT SZEDNI!

Carnitin vagy Carnitin Juice

A szíved izomzata meglehetősen nagy koncentrációban tartalmaz karnitint. A szívbetegek páciensek többnyire karnitin hiányban szenvednek, és abban biztos lehetsz, hogy férfiként érintve lehetsz szív és érrendszeri problémákkal a korod előrehaladtával.

A karnitin növeli a szíved izomzatának teljesítményét, javítja az erőnlétét, és közben segíti az úszógumid kordában tartását is.

Azonban két dolgot tarts észben:

- ✓ **nem pörget fel**
- ✓ **védelmezi a szív izomzatod**
- ✓ **gyorsítja a sörhasad elvesztését**



TÁPANYAG BLOKKOLÓK

FOLYAMATOSAN NEM KÖNNYŰ SALÁTÁKON SÍNYLŐDNI.

Hívnak a haverok hamburgerezni, vagy vár egy kiadós vasárnapi ebéd, esetleg éppen az ügyfeleiddel kötelező beülnöd egy üzleti ebédre.

Ilyen esetekben is van lehetőséged arra, hogy ne rontsd el a több hónapos squash edzéseid slankító eredményeit!



1 G CHITOSAN KB. 5 G ZSÍRT KÉPES MEGKÖTNI AZ ÉTELEDBŐL! KELL ENNÉL JOBB HÍR!

Chitosan

A chitosan rákpáncélból kivont hatóanyag, amely képes a saját tömegénél ötször akkora mennyiségű, a táplálékból származó zsírt megkötni. Ezután a szervezetedből felhasználás nélkül kiürül a megkötött zsírmennyiség. Egy-egy súlyos étkezést átvészelhetsz vele!

Ár: 4.900Ft
Kiszérelés(ek): 120 db, 700 mg-os kapszula / doboz

- ✓ megköti az ételeid zsírtartalmát
- ✓ természetes hatóanyag
- ✓ segíti a belek kiürülését



1- 2 KAPSZULA CARB ATTACK 50G KEMÉNYÍTŐT KÖT MEG AZ ÉTELEDBŐL, AMELY KB 200 KALÓRIA.

Carb Attack

A fehér vesebab kivonat természetes módon köti meg a kenyérből, tésztából, péksüteményekből, kukoricából és burgonyából származó keményítőt. Ezután emésztetlenül távozik, és nem köt ki a derekadon zsírpárna formájában. Mostantól utazás vagy étterem látogatás esetén vidd magaddal!

Ár: 6.490Ft
Kiszérelés(ek): 120 db 950 mg-os kapszula

- ✓ megköti az ételek szénhidrát tartalmát
- ✓ természetes hatóanyag
- ✓ nagy segítség ha csalsz a diétádban



A ZSÍROKAT ÉS A SZÉNHYDRÁTOKAT KÖZVETLENÜL AZ ENERGIA CIKLUSBA IRÁNYÍJTJA. MELLÉKHATÁSA AZ IZOMZATÉPÍTÉS!

Fat Attack

A Fat Attack javítja az úgynevezett sovány testtömeg index-et, tehát segíti a zsírok lebontását, és egyben az izomzatépítést is. Egy peptidet tartalmaz, melyet Japánban fejlesztettek ki. Ez a különleges kombináció valójában bcaa aminosavakat juttat a testedbe, melyek a hasadon és a csípőn halmozódó súlyfeleslegeket segít eltávolítani.

Ár: 6.490Ft
Kiszérelés(ek): 120 db 950 mg-os kapszula / doboz

Még normális étrend mellett is csökkenti a testzsír százalékod, és növeli az izomtömeged. Használatával emelheted a kalóriabeviteledt, így nagyobb izomzatot tudsz felépíteni, de ugyanakkor alacsonyan tudod tartani a testeden lévő zsírmennyiséget.

- ✓ a hasi részről történő zsírregetést támogatja
- ✓ segíti az izomzatépítést
- ✓ speciális bcaa aminosav peptidek





MIÉRT KELLENE FOGLALKOZNI A ZSÍRFOGYASZTÁSODDAL?

A MEGFELELŐ ZSÍROK NÉLKÜL NEM MEGY.

Az egészséges zsírok bevitele nélkül:

- ✓ romlik a memóriád
- ✓ csökken az idegrendszered teljesítőképessége
- ✓ az ízületi fájdalmaid ellehetetlenítik a mozgást még a hétköznapokban is
- ✓ és a felnőtt férfiakat érintő legáltalánosabb probléma, a szív és érrendszered nagyon megsínyli!

A megfelelő zsírfogyasztást, háromféle zsírsavval is elérheted. Különösen fontosak tehát az omega 3 zsírok (halolaj), a közepesláncú trigliceridek (MCT), és a foszfolipidek (lecitin).

Ezekkel a zsírsavakkal az állóképességed, és a szellemi teljesítőképességed a maximumra jut! Legyél végre jobb főnök, vagy juss előbbre a munkahelyeden a kreativitásoddal!



Ár: 4.300Ft
Kiszérelés(ek): 90 db 1400 mg-os kapszula/ doboz

OMEGA 3 ÉS 6 ZSÍRSAVAK NÉLKÜL NE CSODÁLKOZZ, HA MINDEN TAGOD FÁJ ÉS SEMMIRE SEM EMLÉKSZEL!

Halolaj és GLA zsírsav

Ezek a zsírsavak nélkülözhetetlenek az egészséges szív és érrendszerhez, a teljesítményed, és az agyi funkcióid fokozásához. Hasonlóan működnek mint a hormonok, azonban nem úgy hatnak, mint a szteroidok, melyek közvetlenül az izomtömeget növelik.

Azok az atléták, akik ilyen zsírsavakat megfelelő mennyiségben fogyasztanak, az oxidációs és anyagcserre folyamataik felgyorsulnak, kitartóbbak lesznek az edzések alatt, magasabb teljesítményt nyújtanak, jobb izomzatot építenek, gyorsabban kipihenik a kemény edzéseket, hatalmas mennyiségű testzsírt égetnek el, és a szövetekben lévő felesleges vizet is kiürítik.

- ✓ védi a teljes szív és érrendszered
- ✓ vízteleníti a tested
- ✓ kenést biztosít az ízületeidnek



Ár: 4.300Ft
Kiszérelés(ek): 500 ml / flakon

KELL AZ ENERGIA, DE NEM AKARSZ VISSZHÁZNI? FINOM OLAJ, BRUTÁLIS ERŐSZINT, NULLA TESTZSÍR NÖVEKEDÉS!

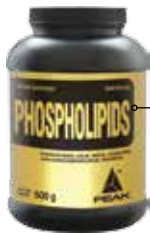
MCT speciális olaj

Ezt az olajat nem kell beleszámolnod a napi kalóriefogyasztásodba, sőt az MCT védi az izomzatodat is. Vele az izmaidban lévő aminosavak felhasználása később kerül sorra az energiatermelő folyamatokhoz a brutálisan hosszú edzéseid alatt.

Az MCT emiatt kiváló energiaforrás állóképességi sportokhoz is, miközben egy gramm zsír sem képes a derekadon landolni belőle. A szervezeted által fel nem használt része, kiürül a testedből, ráadásul finom is!

- ✓ magas energiaszintet biztosít, kevés kalória-bevitel mellett
- ✓ védi a felépített izomzatod kevés kalória-bevitel mellett
- ✓ finom íz





Ár: 5.190Ft
Kiszereelés(ek): 500 g / doboz

AZ AGYAD TÁPANYAGA, HA EZ NEKED NEM FONTOS, NE HASZNÁLD!

Phospholipids

A lecitin a koncentráció, a tanulás és az agyi működés erősítéséhez és megőrzéséhez létfontosságú, mert az idegszövetek egyik alkotóeleme. Fontos, hogy a lecitin segíti a zsírok folyékony állagának megőrzését, így a zsírok nem tapadnak hozzá az érfalhoz és az artériához, gátolva ezzel a vér áramlását.

Ezzel nem engedi, hogy hozzátapadjanak az artériához, a lecitin nagyban segíti a szervezeted megfelelő szív- és érrendszeri működését, amely a legtöbb férfi egészségügyi problémája.

- ✓ védi a teljes szív és érrendszered
- ✓ javítja a memóriád, és a szellemi teljesítményed
- ✓ egy zsír, amiből bármennyit fogyaszthatsz még diétában is



A CLA SPECIÁLIS ZSÍRSAVRÓL A NEM TERMOGÉN ZSÍRÉGETŐKNÉL OLVASHATSZ A 67-İK OLDALON.



Fabien Maresch

Fabien több év leforgása alatt növekedett, úgy hogy arányos maradt és nem hizott meg! Mindezt munka mellett. Hogyan lehetséges ez?

Semmi nem működik úgy mint a Createston – ha száraz tömeg kell, csakis Createston kell!” - Fabien Maresch



HOGYAN FOKOZD A FIZIKAI ÉS SZELLEMI TELJESÍTŐKÉPESSÉGED?

Ha az egyetlen dolog ami érdekel, hogy igazi harcosként, Te győzz a pályán, levadászd a legszebb csajokat, vagy felhívod magadra a figyelmet a fáradhatatlanságoddal, van lehetőség a tested teljesítményének fokozására.

UGYANÚGY, MINT AZ AUTÓD ESETÉBEN, HA JOBB ÜZEMANYAGOT TÖLTESZ BELE, SZEBBEN FOG DURUZZOLNI!

Az ergogének, vagy teljesítményfokozók olyan természetes anyagoknak, melyek már nagyon kis mennyiségben a testedbe kerülve fizikai vagy szellemi teljesítményfokozásra képesek.

Bármilyen sportot űzöl, teniszezel, futsz, squash-solsz stb. tudnod kell, hogy bizonyos makro és mikro tápanyagok rövid idő alatt, extrém módon képesek növelni a teljesítőképességedet, mely mondjuk egy meccs vagy egy verseny előtt rengeteget számítana!

ERRE A TELJESÍTMÉNYUGRÁSRA A FEHÉRJEPOROK NEM KÉPESEK!

Ide tartozik az Ecdysone, beta ecdysterone, vagy a spenót kivonat mely a legjobb Peak termékekben mind megtalálható.

A PEAK AZ EGYETLEN TÁPLÁLÉK KIEGÉSZÍTŐ MÁRKA SPENÓT KIVONATTAL,

6SZOROS LEHET A IZOMFEJLŐDÉSED, ÁM MELLÉKHATÁSOK NÉLKÜL!

MIT TUD AZ ECDYSONE ÉS A LEUSTERON?

MIT TUD A SPENÓT KIVONAT, AZAZ A BETA ECDYSTERON, ÉS MI BIZONYÍTJA A HATÁSSÁGÁT?

A beta-ecdysteronban gazdag spenót kivonat, szabad aminosavval az L-leucinnal kombinálva a 6szorosára növeli az elfogyasztott fehérjeid beépülését az izomzatodba.

A beta-ecdysteron, növényi hatóanyagok egy csoportja. A Peak ezt a növényi hatóanyagot alkalmazza a tömegnövelőiben, a fehérjeiben és aminosav kiegészítőikben is.

Az ecdysteront a Szovjetunió elit atlétái és elit katonái számára szintetizálták. Nyugat Európában is alkalmazták a sportolók Mesobolin néven, ezt a mesterségesen előállított anyagot.

Kis mennyiségben a táplálékkal is jut be a szervezetedbe, és a szakirodalom számtalan pozitív hatását és előnyét írja le, miközben káros mellékhatásuk nem volt – ellentétben egyes szintetikus gyógyszerekkel.

Ezek a speciális anyagok, néhány növényfajban is megtalálhatóak. Ha például spenótból minimum 300 grammot fogyasztanál, akkor talán ez az egyszeri mennyiség elérné a sportberkekben használt minimális mennyiségeket – tehát a kb. 30 mg beta ecdysteron-t. Talán az amerikai rajzfilm figura,

Popey ereje sem a levegőből vett kitaláció alapján származott a spenótból, hanem a beta ecdysteron volt az erejének forrása, melynek alapját a néphagyományok által megőrzött spenót fogyasztása jelentette.

Időközben vált ismertté, hogy a növényekből kivont beta ecdysteron erősebb hatékonyságú, mint a fent leírt szintetikus úton előállított Mesobolin. Nagyon sokféle ecdysteron vegyület létezik a természetben, melyek az emlősök, tehát a Te számodra hatástalan és nem értékes anyagok. A tudomány pillanatnyi állása szerint, az ecdysteronok közül kizárólag a beta ecdysteron hatásos anyag a sportolók számára.

MIT BIZONYÍTOTT AZ OROSZ KLINIKAI VIZSGÁLAT?

A beta ecdysteronnal Chermnykh orosz tudós, 1988-ban végzett patkányokkal kísérleteket egy anabolikus gyógyszer hatásainak egyidejű vizsgálatával. Kimutatta, hogy mindkét anyag különösen erős izomnövelő hatékonysággal rendelkezik. Csofálatos eredmények születtek. Kimutatta, hogy a beta ecdysteron a „lassú” és a „gyors” izomrostokat, míg a gyógyszer csak a „lassú” izomrostokat stimulálta. Kiderült, hogy a beta ecdysteron edzés nélkül is (a patkányoknak úszniuk kellett) kifejtette izomzatépítő hatását. Pedig tudjuk, hogy a test edzése nélkül nem történik izomzatépítés.

MELLYEL GARANTÁLTAN HATSZOR GYORSABBAN NÖVEKEDNEK IZMAID!

Ezek a hivatalos, orosz tanulmányok már felkeltették az érdeklődést. Egy nem hivatalos jelentés szerint Ukrajnából e két anyagot nemcsak patkányokon, hanem a sportolókon is tesztelték. E jelentés szerint már mindkét anyag esetében alacsony mennyiségknél is izomzatépítő hatásai kimutathatóak. A gyógyszer esetében azonban, nagy mennyiségeknél, visszafordíthatatlan és egészségre káros mellékhatások jelentkeznek!

A természetes beta ecdysteron kivonathoz úgy tűnik, az ember szervezete az evolúció során hozzászokott. Megtanulta azt alkalmazni és nagy mennyiségben is fogyasztva, egészséges módon izomtömeget képes építeni, mindenféle mellékhatás nélkül.

Talán még ennél is nagyobb szenzáció volt 1988-ban Simakin átfogó tanulmánya. Ebben 78 atléta és atlétanő, 10 napon keresztül proteint fogyasztott, egy másik csoport fehérjementes placebo-t kapott,

és a harmadik csoport a napi adag proteint beta ecdysteronnal együtt fogyasztotta. A protein-csoport 10 nap alatt minimális mértékű izomzatot épített fel, a placebo-csoport némi izomzatot veszített, és a protein-beta-ecdysteron-csoport 6% -7% izomzatot épített fel, plusz kb 10% testzsírt égetett el! Nyilvánvaló hogy ez az eredmény örökké nem tartható fent, és ez a hirtelen ugrás a hosszabb idejű szedéskor le fog lassulni.

A beta ecdysteron kivonat magas áron mozog a kereskedelemben, és mint minden növényi kivonat esetében nagy különbségek vannak a minőségben. Egy igen drága kivonatot képes bárki előállítani egyszerű víz-alkohol-kivonatolással, egy viszonylag nagyobb növényből, gyökérből, a szár és a levelek felhasználásával, ahol végeredményben egy nagyon alacsony beta ecdysteron tartalmú kivonatot kapnál. Az otthon gyártott tinktúrák, Maral gyökérből egész egyszerűen vodka alkalmazásával készíthetők, melyet gyakran Kelet-Európában, vagy Oroszor-



Ár: 9.790Ft

Kiszárazás(ek): 120 db 700 mg-os kapszula/ doboz

CSAK KÉT LEHETSÉGES ÚT VAN AHHOZ, HOGY AZ AMINOSAVAK FELSZÍVÓDÁSÁT SERKENTSD AZ IZOMZATODBA.

Ecdysone

Ezek az L leucin vagy/és a beta ecdysteron. Az Ecdysone mindkettőt tartalmazza.

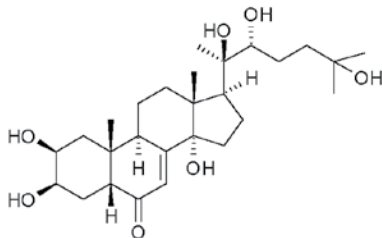
A beta ecdysteronban gazdag, spenót kivonat a 6szorosára emeli az aminosavak felszívódását az izomzatodba. Ez erősen fokozza az izomépítést. Ezek a növényi kivonatok pozitívan hatnak azonban a zsírégetésre, az immunrendszerre és az általános egészségi állapotodra is.

Rengeteg kérdést kapunk az ecdysone tartalmú táplálék kiegészítővel kapcsolatban, és a Peak fehérjékbe adagolt beta-ecdysteron, azaz a spenót kivonat összetevő iránti érdeklődés is növekszik. A tudományos háttérrel, az előzőekben olvasható cikkben olvashatsz!

- ✓ **6szorosára emeli az elfogyasztott fehérjék felszívódását az izomzatba**
- ✓ **Gyors erő és izomzatnövekedést érhetsz el**
- ✓ **Erősebb mint a prohormonok**
- ✓ **Növényi kivonat, nincs mellékhatása**
- ✓ **Nem doppingszer**



számban beta ecdysteron kivonatként forgalmaznak (kis spray-s dobozokban, melyben a vodka mennyiség magasabb), és mint „anabolika“ kerül a forgalomba.



Viszont a magas értékű, csúcsmínőségű kivonat (kb 70% beta ecdysteron HPLC elemzett, vagy 95% beta ecdysteron UV elemzett tartalommal) már válogatott növényekből készül. A növényzet egyes részeit csak további osztályozás után, és laboratóriumi felszerelésekkel lehetséges felhasználni, mert ezeket tovább kell tisztítani víz-alkohol

kivonatólással, evaporálással, ioncserével, szűrésekkel, kromatográfus eljárásokkal kell szeparálni és koncentrálni. Ezek a drága és minőségi eljárások megfelelő körülményeket követelnek, tehát beta ecdysteron kiegészítőt gyártani nem lehetséges otthon a konyhában.

Neked azonban megvan a lehetőséged arra, hogy a vásárolt kiegészítő minőségét teszteld magadon – ha Te beta ecdysteron táplálék kiegészítőt vásároltál, és 14 napon belül nem jelentkeznek kiugró változások, akkor Küldd vissza a terméket és mi kifizetjük Neked az árát!

Az Ecdysone és a Leusteron TST tartalmazza a legnagyobb spenót kivonatot, azaz beta ecdysteron dózist.

Csak két lehetséges út van ahhoz, hogy a tested az aminosavak felszívódását serkentsd az izomzatodba. Ezek az L leucin vagy/és a beta ecdysteron. Az Ecdysone kapszula és a Leusteron italpor mindkettőt tartalmazza.



Ár: 14.890Ft
Kiszerezés(ek): 400 g / doboz

A LEGNAGYOBB DÓZISÚ SPENÓT KIVONATOT TARTALMAZÓ ITALPOR TELJESÍTMÉNYFOKOZÓ A HATSZOROS FEJLŐDÉSEDÉRT!

Leusteron

A leucin aminosav az izomsejtek egyik építőanyaga, de emellett van még egy fontos funkciója, ez pedig az 'indító feladata' az izomfehérje-szintézis során. A spenót kivonat beta-ecdysteron tartalma az izomfehérje-szintézist erősen befolyásolja, és az izmaid növekedését egyértelműen előmozdítja.

A beta ecdysteron és a leucin megfelelő táplálkozással párosítva, a sejtfehérje szintézist és az izomzatépítést rendkívüli módon felgyorsítja! Ha sietsz, a Leusteront válaszd!

- ✓ **spenót kivonat nagy dózisban**
- ✓ **L leucin TST szabad aminosav**
- ✓ **finom italpor**





ERŐSEBB, MINT A SZINTETIKUS SZTEROIDOK ÉS MÉGIS TELJESEN VESZÉLYTELEN!

Anabolic Stack

Az Anabolic Stack 27 anabolikus anyaga kölcsönösen erősíti egymás hatását. Ha a potenciád fokozása a célod, és a magas spenót kivonat tartalom összes jótékony hatását ki akarod használni, akkor az Anabolic Stack a Te terméked! Bővebben az 56ik oldalon is olvashatsz róla.

Ár: 12.990Ft
Kiszerezés(ek): 120 db, 1000 mg-os kapszula / doboz

- ✓ **27 féle tesztoszteron és teljesítményfokozó**
- ✓ **fokozza a szexuális potenciád**
- ✓ **erős növényi szteroidok**



HASZNÁLD HA BOXOLNI MÉSZ, VAGY KETTLEBELLEZNI!

Beta Alanin

Csökkenti a tejsav mennyiséget az izomzatodban, késlelteti a fáradtságot és különösen növeli a kitartási erőd, sőt akadályozza az izomzat elsavasodását. A sejtjeidet jó formában tartja, hogy azok rugalmasak és hajlékonyak maradjanak. Ez ha küzdősportot végzel nagyon fontos lehet bőr és a rugalmasságod szempontjából.

Ár: 9.790Ft
Kiszerezés(ek): 240 db, 1000 mg-os kapszula / doboz

- ✓ **késlelteti a fáradtságérzet kialakulását**
- ✓ **gyorsítja az izomláz megszűnését**
- ✓ **gátolja az izomzatod savasodását**



GYORS REGENERÁCIÓ PROFI SPORTOLÓK SZÁMÁRA! CSAK A PROFI GYÁRTÓKNÁL TALÁLOD MEG!

Ribose

A természetes Ribose molekula az ATP energia folyamat alapeleme. Támogatja a regenerációt és javítja a fizikai teljesítményed. Küzdősportolóknak, robbanékonysági sportokban kiemelt a fontossága, a profi boxolók rendszeresen használják!

Ár: 6.490Ft
Kiszerezés(ek): 200 g / doboz

- ✓ **gyors regeneráció akár már meccs közben**
- ✓ **professzionális szénhidrát**
- ✓ **a koffein toxikus hatása ellen működik**





Ár: 16.390Ft
1125 g / doboz (1075 g por + 50 db 1000 mg-os kapszula)

IZOTÓNÁS ITAL 65 FÉLE KULCS TELJESÍTMÉNYFOKOZÓVAL! LÉPJ TOVÁBB A KÖZÉPSZERÜNÉL!

Intra VeNOus

Az izotóniás italok tökéletesek ahhoz, hogy az edzés során elvesztett folyadék- és elektrolit veszteséget visszanyerd, és ne alakuljon ki negatív elektrolit mérleg a testedben. Ha viszont sokat izzadsz, versenyzel, profi vagy és többet akarsz elérni a közép-szerűnél, érdemes továbbmenni egy izotóniás italnál.

Léteznek már olyan edzés közben fogyasztandó táplálék kiegészítők, amelyek gyakorlatilag minden elérhető turbó anyagot tartalmaznak a tested számára ahhoz, hogy a maximumnál is többet hozz ki magadból, pont akkor és pont ott : az edzésen, vagy éppen a rigben.

Az Intra VeNOus-al már edzés közben felhasználható kulcs-faktorokat juttatsz a szervezetedbe, melyek egy infúzió gyorsaságával terjednek szét a testedben.

Az Intra-VeNOus működési mechanizmusa pontosan olyan gyors, mintha a hatóanyagokat közvetlenül a véráramba, injekciókkal juttatnád be. Ez a gyorsaság különösen fontos, ha hardcore edzőmunkát végzel. Ekkor a kulcs-hatóanyagok hiánya az izomzatépítést, és az erőnlétedet is negatívan befolyásolják.

- ✓ 65 féle teljesítmény fokozó hatóanyag
- ✓ speciális TST aminosavak nagy dózisban
- ✓ spenót kivonat



Ár: 8.190Ft
Kiszárlás(ek): 500 ml folyadék / flakon

SZÁLLÍTSD AZ ÉPÍTŐANYAGOKAT HIZLALÓ SZÉNHIDRÁTOK NÉLKÜL AZ IZOMZATODBA!

Anabolic Juice

Már 8 ml Anabolic Juice bevételével olyan erővel mozgósítod a szervezetedben lévő szállító mechanizmusokat, mintha 200 g dextrózt fogyasztottál volna! A dextróz viszont szénhidrát, amely jelentős mértékben hizlalhat.

Az Anabolic Juice hatékonysága abban rejlik, hogy az fehérjeporból származó aminosavak, a kreatin, és a többi tápanyag az izomsejtjeidhez szállítódik, ahol izomzati fehérjékké, és szövetekké tud alakulni. Tartósítószeret nem tartalmaz, és nagy előnye a kapszulákkal szemben, hogy a kivonatok nincsenek kiszáritva, ezért kisebb a hatékonyságuk vesztesége is.

- ✓ erősen fokozza más táplálék kiegészítőid felszívódását
- ✓ kreatin szállító
- ✓ könnyű bevitel, folyadék forma





Ár: 8.990Ft

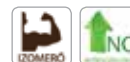
Kiszerezés(ek): 500 ml / flakon

NO FOKOZÁS ERŐTLEJEBB MÓDON, MINT AZ ARGININ AMINOSAVVAL. HARCOS VAGY? CITRULLIN KELL NEKED!

Citrullin Malat Juice

Nem egy egyszerű teljesítményfokozó. Az arginin a nitrogén oxid fokozás alapja. Azonban az arginin előanyagaként is emlegetett citrullin malát serkenti az NO szintézist a testedben még fokozottabban, mint maga az arginin. Nő az aerob és anaerob állóképességed, nő az izomerőd, fokozódik az ellenállásod a fáradtsággal szemben, gyorsul a regenerációd. Harcosoknak kiváló!

- ✓ **ital nagy erő kifejtésekhez**
- ✓ **gátolja az izmaid savasodását**
- ✓ **nagy ütőerő**



Ár: 4.890Ft

Kiszerezés(ek): 60 db 900 mg-os kapszula / doboz

STRESSZ ELLENES NÖVÉNYI KIVONATOK, HA NEM BÍROD A GYŰRŐDÉST!

Adaptogen

Ezek a teljesítménynövelő és a regenerációt gyorsító hatóanyagok gyógyászatból kerültek át a sportba. A túledzés és a napi stressz káros hatásait segít leküzdeni, amelyet nem tudsz elkerülni. Hatására jobb lesz a közérzeted, és bírni fogod a strapát!

- ✓ **folyamatos stressz elleni védelem**
- ✓ **elősegíti a relaxációt és a regenerációt**
- ✓ **növeli a szellemi teljesítőképességed**



Ár: 6.490Ft

Kiszerezés(ek): 90db 1000mg-os kapszula / doboz

ZSÍRÉGETÉS, STRESSZ TŰRŐ KÉPESSÉG, NO FOKOZÁS, ANTI ÖSZTROGÉN – MINDEN EGYBEN! ÉRETT FÉRFIKÉNT SZÜKSÉGED VAN RÁ!

Resveratrol

A resveratrol sokféleképpen támogathatja az egészséged és a teljesítőképességed. Fokozza az anyagcseréd, serkenti a zsírok szabaddá, erős antioxidáns, szabályozza az ösztrogén szinted, és az immunrendszered is támogatja.

Néhány sportoló izomtömeg növekedésről is beszámolt a resveratrollal való kiegészítés megkezdése után. A hatásainak listája hosszú. Ha érzed, hogy csökken a korod előrehaladtával a fizikális kiállásod, kezd el használni!

- ✓ **nagyon erős antioxidáns**
- ✓ **erős stressz helyzetekben kiváló**
- ✓ **segíti a zsírok égését**





Ár: 6.490Ft
Kiszárlás(ek): 90 db 1400 mg-os tabletta / doboz

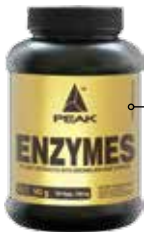
TUDDAD, HOGY ÉVENTE 5 - 10 %-KAL TÖBB IZOMTÖMEG ÉPÍTHETŐ FEL A HMB SEGÍTSÉGÉVEL, MINT NÉLKÜLE?

HMB

Hasonló a működése, mint az L leucin aminosav esetében, de ha használod, az elsődleges hatása az, hogy meggátolja az izmaid lebontását. A HMB elősegíti a sovány izomtömeg felépítését és a zsírszétést. L leucinból készül.

Tökéletes profi és kezdő sportolók számára, akiknek különösen intenzív edzéseik miatt segítségre van szükségük. Lazább edzéseknél a hatás nem olyan szembetűnő.

- ✓ **elsőrangú védelem az izomzatod számára**
- ✓ **fokozza a zsírok leépitését**
- ✓ **évente 5 - 10 %-al nagyobb izomtömeg építhető fel**



Ár: 4.890Ft
Kiszárlás(ek): 120 db 750 mg-os kapszula/ doboz

FOKOZD A FEHÉRJÉID BEÉPÜLÉSI FOKÁT EMÉSZTŐENZIMEKKEL, ÉS FELEJTSD EL A TEJÉRZÉKENYSÉGED!

Enzymes

Egyre több sportoló küszködik tejérzékenységgel vagy egyéb emésztési problémákkal, amelyeken ezek a kivonatok kijavíthatnak. Nem puffasztanak fel a fehérjeporok, sőt az Enzymes az aminosavak felszívódását is javítja.

A legtöbb Peak fehérje ma már tartalmazza ezeket az enzimeket, de ha nem fejlődsz, pedig sok fehérjét eszel, akkor meglehetősen a bélrendszered a hibás.

- ✓ **4 féle hatóanyag**
- ✓ **emésztőenzimek nagy dózisban**
- ✓ **a nullára csökkentheti a fehérje emésztési problémáid**





A PEAK HARCOS, THAIBOXOLÓ
BERAT ALIU VILÁGBAJNOK
TESZTELI A PEAK KÜZDŐSPORT
TÁPLÁLÉK KIEGÉSZÍTŐKET!



Teszteld le Te is,
ha azonnali eredményeket akarsz!



PETHES VIKTOR

Hatvani Thai Box Egyesület versenyzője

WKF Profi Thai Box Európabajnok

3-szoros Fullkontakt Magyar Bajnok

WAKO-KICKBOX Fullcontact EB II.helyezett

8-szoros ITF Taekwondo Magyar Bajnok

Nyílt Holland Nemzetközi Bajnokság Győztese



www.fujimae.hu

A mi küzdősport partnerünk a FUJI MAE

MIÉRT VAN SZÜKSÉGED TÁPLÁLÉK KIEGÉSZÍTŐKRE, HA BOXOLSZ, BÍRKÓZÓ VAGY, VAGY THAI BOXOLSZ?



DO NOT
ENTER

87-3278
HIGH VOICE
KEEP

MIÉRT VAN SZÜKSÉGED TÁPLÁLÉK KIEGÉSZÍTŐKRE, HA BOXOLSZ, BÍRKÓZÓ VAGY, VAGY THAIBOXOLSZ?

Bármilyen sportot űzöl, teniszezel, futsz, squash-solsz stb. tudnod kell, hogy bizonyos makro és mikro tápanyagok rövid idő alatt, extrém módon képesek növelni a teljesítőképességedet, mely mondjuk egy meccs vagy egy verseny előtt rengeteget számítana!

ERRE A TELJESÍTMÉNYUGRÁSRA A FEHÉRJEPOROK NEM KÉPESEK!

Az ilyen kiegészítők tehát abban segítenek Neked, hogy akkor és ott, aznap azonnali fizikai és szellemi teljesítőképességed ugrást okozzanak.



HA LE SEM VEHETED A SZEMED AZ ELLENFELEDRŐL, EZ A TE KIEGÉSZÍTŐD!

Fighter Fuel I

Ez a finom italpor kifejezett küzdősportolók számára készült. Ha Neked számít a gyorsaságod, a kitartási erő, az ütőerőd, és mentálisan is figyelned kell az ellenfeled minden lépésére, úgy hogy nem fáradhatsz el közben, akkor ez a Te kiegészítőd! Minden hatóanyagot tartalmaz ahhoz, hogy soha se fáradj el.

Ár: 9.790Ft
Kiszerezés(ek): 450 g / doboz

- ✓ könnyű bevitel, italpor
- ✓ finom íz
- ✓ nagy ütőerő, gyorsasági erő, robbanékonyság



ÉPÍTSD VISSZA A SÉRÜLT IZOMZATOD, ÉS ÍZÜLETEID AZONNAL A MECCS UTÁN!

Fighter Fuel II

A Fighter Fuel II minden tápanyagot tartalmaz a számodra, ahhoz, hogy az ízületeid, csontjaid, és a kötőszövetek épek maradjanak akkor is ha sok pofont kaptál. Pihenteti az izmaid és a porcok állagát visszaépíti.

Ár: 8.190Ft
Kiszerezés(ek): 120 db 1030
mg-os kapszula / doboz

- ✓ elsőrangú ízületi és szalag védelem
- ✓ regenerálja az izmaid
- ✓ gyorsítja a sérülések regenerációját







AZ ÍZÜLETEID VAGY EGYES SZERVEID ELŐBB-UTÓBB FIGYELMEZTETNI FOGNAK A FOKOZOTT FIZIKAI MEGTERHELÉS MIATT

A KOROD ELŐREHALADTÁVAL EBBEN EGYRE BIZTOSABB LEHETSZ!

Az intenzív sport közismert, hogy egy stressz helyzet a tested számára. A mozgás során a szerveid kopása elsőként az ízületeiden mutatkozhat meg.

Azonban azt javasoljuk, hogy már a lehető legkorábbi jelek esetén hagyd pihenni a problémás területet. A legjobb megoldás mindig a megelőzés, azaz inkább figyelj a tested jelzéseire, mint később akut problémád alakuljon ki!



Ár: 6.490Ft
Kiszérelés(ek): 120 db 1000 mg-os kapszula / doboz

NÉGY FÉLE HATÓANYAG EGY TERMÉKBEN! HA EZ NEM HAT, SEMMI NEM HAT A KOPOGÓ TÉRDEIDRE!

Arthro Stack

A leghatékonyabb ízületvédő anyagok kombinációja az Arthro Stack, glukozaminnal, chondroitinnal, MSM-el, és zöldkagyló kivonattal. Így az erős igénybevételnek kitett ízületeid és kötőszöveteid is védelmet élvezhetnek.

Ha már kezdődő fájdalmaid vannak, érzed a térded vagy vállad kattogását edzés közben, mindenképp gondolkodj el a használatán, hiszen a megelőzés sokkal költséghatékonyabb, mintha akut állapotba kerülné a tested.

- ✓ **4 hatóanyag egy termékben**
- ✓ **a hatóanyagok egymás hatását felerősítik**
- ✓ **nagyon erős hatásfokú**



Ár: 4.190Ft
Kiszérelés(ek): 120 db 1100 mg-os kapszula / doboz

A GLUKOZAMIN AZ ÍZÜLETEK ÉPÍTŐELEME. EKKORA DÓZISBAN SZEDVE MŰKÖDNI FOG!

Glucosamin

A glukozamin az ízületeid építőeleme, és segít azok felépítésében és regenerációjában. A gyógyszer-tárakban sokkal drágábban forgalmazzák, és alacsonyabb dózisban általában. Az biztos, hogy egy porcműtét után klasszissokkal gyorsabb lesz a felépülésed a használatával!

- ✓ **a porcok építőanyaga nagy dózisban**
- ✓ **kenést biztosít az ízületeid számára**
- ✓ **használd ízületi műtétek után**



Ár: 4.190Ft
Kiszérelés(ek): nettó súly:120g, 120db /1000mg-os tableta/ doboz

GYULLADÁS GÁTLÓ SZEREPE KÖZISMERT, AMELY A BEGYULLADT KÖTŐSZÖVETEIDRE IS KIHAT!

MSM

Az msm szinte az egyetlen kénvegyület, amire szükségünk van. A gyulladások, izomfájdalmak kezelésére áztathatod magad a kénes gyógyfürdőkben, de belülről alkalmazva azonnal segíthet a sajtó tagjaidon!

- ✓ **csökkenti izomfájdalmaid**
- ✓ **fokozza az ízületeid vérellátottságát**
- ✓ **a teljes szervezeted számára szükséges kénvegyület**





Ár: 4.190Ft
Kiszérelés(ek): 60 db 950
mg-os kapszula / doboz

A MÁJAD AZ EGYIK LÁNCSZEM A TÉNYEZŐK SORÁBAN, AMELY VÉGÉN KIALAKUL A CSÚCSTELJESÍTMÉNYED! NE HANYAGOLD!

Hepacare

A májad kb. 1,5 l vért tisztít meg percenként, megszámlálhatatlanul sokféle toxikus anyagtól a testedben. El kell távolítania az elfogyasztott kémiai anyagokat, azokat lebontania és tárolnia.

Voltaképpen az első szűrő, mely után az szervezeted a táplálékot már hasznosítani tudja. Ha férfi vagy már biztosan tettél róla, hogy leamortizáld!

- ✓ **fizikai csúcsteljesítményhez szükséges**
- ✓ **védelmezi a májad**
- ✓ **természetes hatóanyag**



Ár: 4.890Ft
Kiszérelés(ek): 60 db 900 mg-os
kapszula / doboz

A SPORTOLÓK KÖRÉBEN A PROSZTATA PROBLÉMÁK 30 ÉVES KOR FELETT MÁR MINDEN 10-IK FÉRFIT ÉRINTIK!

Prostacare

Az összes hatékony növényi kivonatokat tartalmazza, Saw Palmettot, csalán-gyökeret, szitoszterolt, ginsenget, chillit, valamint nyomelemeket: cinket és szelént, melyek természetes módon enyhítik egyszerre a prosztatata problémáid, és szabályozzák a hormonháztartásod.

A prosztatata megnagyobbodás kísérő tünetei lehetnek az erekciós zavarok és vizeleti problémák. Ezt ne várd ki míg kialakul!

- ✓ **Enyhíti a már meglévő prosztatata problémáid**
- ✓ **Szabályozza a hormonháztartásod**
- ✓ **Kialakítja a prosztatata védelmét**





HA SPORTOLÓ FÉRFI VAGY, SZINTE BIZTOS HOGY
SZÜKSÉGED VAN VITAMOKRA!

A VITAMINOK ÉS ÁSVÁNYOK A SPORTBAN

A vitamin és ásványanyag szükségleted eltérő lehet, mint a nem sportolóké. A megemelkedett vitamin és ásványi anyag igény a rengeteg mozgás, és az ezzel járó izzadással kísérelhető.

A hiányuk az sporteredményeid, vagy az edzéseid alacsonyabb intenzitásában jelenik meg, illetve súlyos esetben rosszulérhető is vezethet.

Az is könnyen előfordulhat, hogy a testedre rakódó, túlzott mennyiségű zsírréteg, vagy az alacsony teljesítőképesség, és gyenge vitalitás annak a jele, hogy valamelyik vagy több ilyen szabályozóanyagból hiányt szenved a tested.

Ilyenkor kifejezetten javasolt ilyen táplálék kiegészítők alkalmazása, azonban az alapot minden esetben az egészséges, és változatos táplálkozás kell, hogy adja.



Ár: 5.800Ft
Kiszerezés(ek): 240 db 1000 mg-os kapszula / doboz

MI A NAGY ELŐNYE A VITAMIN PAKOKKAL ELLENTÉBEN? AZ, HOGY OLYAN DÓZIST SZEDSZ, AMILYET CSAK SZERETNÉL!

Mega AZ

Minden kapszula tartalmazza az összes hatóanyagot, így az adagolás a Te kezvedben van!

Télen magas dózisu multivitamin sportolók számára, nyáron kisebb adag a mindennapokra. Speciális ásványanyag és vitamin kombináció, 26 féle mega dózisu vitaminnal, ásvánnyal, zöldteaával, szőlőmag kivonattal, minden egyben!

- ✓ **26 féle vitamin és ásvány**
- ✓ **mega nagy dózis**
- ✓ **speciális összetevők a tényleges felszívódásért**



Ár: 3.190Ft
Kiszerezés(ek): 120 db 900 mg-os tableta / doboz

FOGYASZTÓ MULTI VITAMIN? LÉTEZIK ILYEN?

Ultra AZ

Minden egyes tablettája 30 féle nélkülözhetetlen vitamint, ásványanyagot és nyomelemet juttat a szervezetedbe, és még valamit polifenolokat szőlőmag kivonatból.

A polifenolok akadályozzák az emésztőrendszerben az amiláz és más enzimek termelődését, melyek segítik a zsírok felszívódását.

Ez azt jelenti, hogy a szénhidrátok és a zsírok egy része, melyeket elfogyasztasz, nem tud bejutni az anyagcsere folyamatokba, hanem emésztetlenül elhagyják a szervezeted, a leghalványabb esély nélkül, hogy testzsírrá alakuljanak!

- ✓ **a zsírok felszívódását gátló hatás**
- ✓ **erős antioxidáns tartalom**
- ✓ **napi multivitamin**



Ár: 1.990Ft
Kiszerezés(ek): 240 db 750 mg-os tableta / doboz

ALAP VITAMIN SZÜKSÉGLET KEDVEZŐ ÁRON!

Vitamins

A Vitamins nem különbözik az Ultra A-Z-től, csak nem tartalmaz polifenolokat. Ez egy alapvető multi vitamin kiegészítő. Ez az alapod.

- ✓ **napi multivitamin**
- ✓ **kedvező ár**
- ✓ **minden vitamint tartalmaz**





Ár: 4.300Ft
Kiszerezés(ek): 120 db/doboz

NE DOBD KI A PÉNZED FEL NEM SZÍVÓDÓ C VITAMINRA! EZ A VITAMIN 400%-KAL HATÉKONYABB!

C-vitamin

A C vitamin szőlőmag kivonattal 400%-kal növeli ennek a készítménynek az antioxidáns hatását. Ha sokat vagy dohányfüstös helységben, sokat bulizol, vagy iszonyú a hajtás a munkahelyeden, de ha csak durvák az edzéseid, magasabb lesz a C vitamin szükségleted.

A C vitaminból azonban minél többet veszel be annál nagyobb mennyiség ürül ki a testedből, ezért a szofisztikált megoldás a felszívódás elősegítésére, a polifenolokkal felturbózott C-vitamin használat.

- ✓ **400%-kal jobban felszívódik**
- ✓ **erős antioxidáns tartalom**
- ✓ **c vitamin nagy dózisban**



Ár: 3.190Ft
Kiszerezés(ek): Nettó súly: 90 g, 180 db 500 mg-os tableta / doboz

MENNYI IDŐT TÖLTESZ A SZABADBAN TÉLEN? NAPI 5 PERCET? AKKOR SZINTE BIZONYOS, HOGY D VITAMIN HIÁNYOD VAN!

D vitamin

Nagyon gyakori a D vitamin hiány az emberek nagy százalékánál, mert a modern városi életvitel egyet jelent azzal, hogy szinte egész nap a munkahelyen vagy az iskolában tartózkodsz, a szabad levegőn pedig semmit. Ez a hiány fokozódik a téli időszakban.

Ha a téli hónapokban fáradékonyasággal, csökkent szexuális vágygal, erőtlenességgel, kedvetlenséggel, alvászavarokkal, téli depresszióval küszködsz, érdemes elgondolkodnod a D vitamin használatán!

- ✓ **antidepresszánsként is működhet**
- ✓ **szabályozza a hormon és immunrendszered**
- ✓ **az idegrendszered és az izmaid működéséhez nélkülözhetetlen**



Ár: 1.990Ft
Kiszerezés(ek): 150 db 500 mg-os tableta / doboz

MIÉRT TARTALMAZ OLY SOK PEAK TERMÉK HOZZÁADOTT B VITAMINT IS?

B vitamin

Azért mert a sportolók nagy része nem foglalkozik a B vitamin bevitelével, pedig férfiként kiemelten fontos helye van a táplálkozásodban. Mint segédanyag szinte az összes teljesítmény, és energiacsere folyamatban szerepet játszik. Ha hiányod van, ne csodálkozz, ha nem fejlődsz!

- ✓ **minden B vitamin csoportot tartalmaz**
- ✓ **maximális felszívódás**
- ✓ **természetes hatóanyagok**





Ár: 1.990Ft
Kiszérelés(ek): 220 db 1000 mg-os tableta / doboz

PÓTOLD AZ IZZADÁSSAL KIÜRÜLT ÁSVÁNYI ANYAGOKAT! MI FÉRFIAK TUDUNK CSAK IGAZÁN IZZADNI!

Electrolyts

Ez egy edzés utáni formula amely, kompenzálja az intenzív terhelés során elvesztett ásvány anyagokat és nyomelemeket. Fontos tudnod, hogy edzés után kell bevenned, mert ekkorra a tested 100 %-osan ellátja rövid időn belül azokkal az anyagokkal.

- ✓ kedvező ár
- ✓ szinte minden ásványt visszapótol
- ✓ akadályozza az izomgörcsöket



Ár: 2.300Ft
Kiszérelés(ek): 275 db 750 mg-os tableta / doboz

HA ÉBREDTÉL MÁR GÖRCSÖLŐ VÁDLI FÁJDALOMRA, AKKOR KEZDJ EL CA-MG-T HASZNÁLNI!

Ca-Mg

A magnézium és a kalcium különösen fontos, ha sportolsz. A csontjaid és az immunrendszered fokozottan van terhelve, amelyek e két anyagot építőelemként használják fe. Ha már izomgörcseid is vannak, azonnal kezd el használni!

- ✓ akadályozza az izomgörcsöket
- ✓ jól felszívódó
- ✓ a két legfontosabb ásványanyag egy termékben



Ár: 4.190Ft
Kiszérelés(ek): 240 gramm por / doboz

AZ EMBERSÉG 75%-A MAGNÉZIUM HIÁNYOS. NAGYON VALÓSZÍNŰ, HOGY TE IS MAGNÉZIUM HIÁNYBAN SZENVEDSZ.

Magnesium Citrate

Finom italpor, a lehető legjobban felszívódó magnézium formulával. Hatékonysága és jó felszívódása miatt a keményen edző sportolók számára tökéletes kiegészítő a magnézium hiány megelőzésére.

- ✓ a legjobban felszívódó magnézium
- ✓ finom italpor
- ✓ nem tartalmaz szénhidrátokat





Ár: 1.990Ft
Kiszerezés(ek): 200 db 500 mg-
os tableta / doboz

KRÓM, CINK ÉS SZELÉN NYOMELEMEK NÉLKÜL LANYHA A TELJESÍTŐKÉPESSÉGED!

Chrom Zink

A króm, a cink és a szelén a teljesítőképesség szempontjából kritikus nyomelemek. Tény, hogy a leggyakrabban előforduló nyomelem hiány közülük kerül ki.

- ✓ 3 nyomelem egy termékben
- ✓ jól felszívódó formula
- ✓ intenzívebb edzést tesz lehetővé



Ár: 2.890Ft
Kiszerezés(ek): Kiszerezés: 180db
500 mg-os tableta/doboz

A CINK LEGFONTOSABB TULAJDONSÁGA TALÁN, HOGY NAGY BEFOLYÁSSAL BÍR AZ EGÉSZSÉGES SZEXUÁLIS ÉLETEL KIALAKÍTÁSÁBAN.

Zink Chelat

A cink egyike azon nyomelemnek, melyekből általában fellép a hiány a sportolók szervezetében. Ettől erősen csökken a teljesítőképesség és az immunrendszered gyengül. A chelat formula pedig a lehető legjobb felszívódást biztosítja Neked.

- ✓ jól felszívódó cink formula
- ✓ komoly fizikai terhelés esetén szükség van rá
- ✓ a szexuális életedre kihatással van hiánya



Ár: 4.190Ft
Kiszerezés(ek): 500 ml / flakon

ZÖLDTEÁS SZÖRP, AMI NEM NÖVELI AZ ÚSZÓGUMID! EZT IDD, HA NEM CSÚSZIK A VÍZ!

Health Juice

Bármennyit ihatsz belőle. Szinte teljesen szénhidrátmentes, így ha neked problémát jelent a napi 2-3 liternyi folyadék elfogyasztása, a Health Juice egy lehetséges alternatíva.

- ✓ finom íz
- ✓ nem tartalmaz hozzáadott szénhidrátokat
- ✓ diéta esetén is ihatod





KI NE SZERETNÉ A FEHÉRJÉS CSOKI SZELETEKET?

TUDJUK, HOGY UTÁLSZ KEVERGETNI,
ÉS TURMIXOKKAL SZÓRAKOZNI!

A fehérjés csokiszeletek koncepciója az, hogy azonnal a kezud ügyében legyen valamilyen egészséges harapni-
való. Nagy hasznát látod, ha utazol, vagy dolgozol, ahol
nem feltétlen tudsz turmixokkal bajlódni.

A PROTEIN 70 FEHÉRJESZELET MÉG A CSOKISZELETEK KÖZÖTT IS KÜLÖNLEGES!

Máig egyedülállóan a piacon 65% fehérje mennyiség ta-
lálható meg benne, szénhidrátok, és zsírtartalom nélkül!
Ez már valódi proteinforrások, melyeket turmix helyett
használhatsz!

35%-BAN FEHÉRJETARTALMÚ, TEJCSOKI BEVONATÓ FEHÉRJÉS SZELET!**Tonic 35**

Energiaszelet, amelyet elsősorban edzések után alkalmazhatsz, vagy akkor, amikor épp nincs időd rendes ételt fogyasztani. Energiát ad és nagyon finom. Sokkal többet érsz ezzel a fehérje és szénhidrát tartalmú csokiszelettel, mint egy csokoládé szelettel, mely szinte semennyi fehérjét nem tartalmaz.

Ár: 560Ft - 11.500Ft
Kiszérelés(ek): Egy szelet 45 g -
1 karton 24 db protein szelettel

- ✓ **magas fehérjetartalom**
- ✓ **nagyon finom íz**
- ✓ **tejcsoki bevonat**

**26%-OS FEHÉRJETARTALMÚ CSOKISZELET, FEHÉR CSOKI BEVONATTAL!****Tonic 26**

Nagyon finom energiaszelet, melyet arra használhatsz, hogy gyorsan és azonnal rendelkezésedre álljon, ha nagyon éhes vagy. 26%-ban magas minőségű tejfehérjét tartalmaz. Ebben a kombinációban tehát, kiegyensúlyozott szénhidrát és fehérje forrást biztosít számodra fontos aminosavakkal, és gyors glikogén visszatöltéssel az izmaidba.

Ár: 560Ft - 11.500Ft
Kiszérelés(ek): Egy szelet 46 g -
1 karton 24 db protein szelettel

- ✓ **energiát ad**
- ✓ **közepesen magas fehérjetartalom**
- ✓ **fehércsoki bevonat**

**0% VALÓDI SZÉNHIRÁTOT, ÉS 0% VALÓDI ZSÍRT TARTALMAZÓ FEHÉRJESZELET! AZ EGYETLEN A PIACON!****Protein 70**

Ez a fehérjeszelet tökéletes fehérjeforrás, tehát izomzatépítő snack sportolók számára, de ugyanakkor ideális étkezések közötti rágcálnivaló, az édesség vágyad csökkentésére. Ha versenydiétázol, ez az édesség az egyetlen választható lehetőség!

Ár: 1.000Ft
Kiszérelés(ek): 50 g / szelet

- ✓ **nem tartalmaz szénhidrátot**
- ✓ **nem tartalmaz zsírt**
- ✓ **70%-ban fehérje!**



NE KÖZLEKEDJ EGY TÁSKÁNYI TÁPLÁLÉK KIEGÉSZÍTŐVEL, CSAK A KIS DOBOZKÁDAT VIDD MAGADDAL!



Peak kapszula tartó

A Peak kapszulatartó tökéletes nemcsak kapszuláid, de nagyobb tablettáid tárolására is. Az öt rekeszben akár az egész napi táplálék kiegészítő szükségleted is elfér.

Ár: 1.300Ft



NULLA KALÓRIÁT TARTALMAZÓ OLAJSPRAY, AMIVEL BÁRMILYEN ÉTELT ELKÉSZÍTHETSZ!

E-Z coat olajspray

Ha nagy szakács vagy ez tetszeni fog Neked. Hihetetlen de igaz: ez az olaj spray alkalmas arra, hogy süss, grillezz, tojásrántottát dobj össze, palacsintát süss, vagy akár egy diétás kirántott húst készíts el olajmentesen. Még a böjtödbe is beépítheted, hiszen nem tartalmaz kalóriát!

De tud még valamit: semmit nem tudsz leégetni, mert hatására az étel a legrosszabb serpenyődhöz sem ragad oda. Próbáld ki!

- ✓ **nem tartalmaz kalóriát**
- ✓ **semmilyen étel sem ragad le**
- ✓ **1600 fújásra elegendő**

Ár: 3.190Ft

Kiszerezés(ek): 1 flakon 485g/
500ml



Webáruház: www.peakshop.hu

AZ EGYETLEN TÁPLÁLÉK KIEGÉSZÍTŐ MÁRKA SPENÓT KIVONATTAL,
MELLYEL GARANTÁLTAN HATSZOR GYORSABBAN NÖVEKEDNEK IZMAID.



www.facebook.com/peakhungary

Üzlet: 1195, Kispest, Budapest, Árpád utca 38.

Tel/Fax: +36 1 431 9024

Tel: +36 30 630 6048

Email: hungarian@peak.ag

Skype: [peak.hungary](https://www.skype.com/name/peak.hungary)