Herbalife

PRODUKTKATALOG 2025

Näring för livet

Innehåll

När du köper produkter från Herbalife så ser vi det som mer än bara ett engångsköp utan istället som ett steg i en livslång plan att ta ditt välbefinnande till nästa nivå – både invändigt och utvändigt.

Kroppen kan bara prestera på topp när den har bränsle som innehåller rätt näringsämnen. Vårt produktutbud är utformat för att fylla i luckor i näringsintaget som inte alltid är så lätta att få i sig från mat – för att ge dig en perfekt balanserad blandning av nödvändiga näringsämnen och personlig vägledning så att du håller dig på rätt spår för att nå dina mål.

Besök Herbalife.com för mer information om alla våra produkter.

1 Protein sida 18–35

2 Vitaminer & mineraler sida 36–49

3 Fytonärings-ämnen sida 50–51

4 Nyttiga fetter sida 52–55

5 Fiber sida 56–59

6 Vätskebalans sida 60–63

7 Skönhet sida 64–69

8 Sport sida 70–83

Näring för livet

Det kan vara tufft att ändra sin livsstil. Vissa klarar att nå sina mål på egen hand men många behöver en hjälpande knuff. Att ha en mentor vid sin sida kan utgöra enorm skillnad.

Våra ”Distributörer som ger det lilla extra”
Vi är ett komplett paket! Eftersom produkterna endast går att köpa av våra oberoende distributörer så innebär det att de är investerade i sin expertis. Oavsett om du vill komma i bättre form eller hålla koll på vikten så ger den personliga kontakten med distributören tydlig vägledning och en skräddarsydd plan för att nå dina hälsomål. Den erbjuder även socialt stöd, motivation, uppmuntran och ansvarstagande.

Den här extra personliga kontakten och de nära kundrelationerna är det som skiljer Herbalife från andra företag inom näringsbranschen.

Individuellt stöd

Kontinuerlig coachning

Löpande rådgivning

Stöd från våra experter.

Herbalife

Vi sätter ribban högre

Det finns en anledning till att Herbalife anses vara det bästa företaget i världen för viktkontroll och välbefinnande.

Våra produkter designas med vetenskapligt stöd för att hjälpa dig nå dina personliga mål för hälsa och näring, och vårt varumärke Herbalife24 är framtaget för att i synnerhet hjälpa idrottare, atleter, gymmare och fitnessentusiaster få i sig den näring de behöver.

Ingredienser av högsta kvalitet

Vi använder endast de bästa ingredienserna från jordbrukare som leder utvecklingen med hög standard för plantering och bevarande. Det är ju trots allt så att högkvalitativa ingredienser ger förstklassiga produkter som våra kunder kan lita på. Våra produkter, vår tillverkning och vår affärsmodell har vunnit en rad internationella utmärkelser, vilket intygar vår höga kvalitetsstandard.

ISO 17025 certifierar laboratoriernas tekniska kapacitet och resultatens samstämmighet.

Alla produkter i Herbalife24® är testade för förbjudna tillsatser av en oberoende tredje part. Mer information finns på produktetiketterna.

Källa Euromonitor; CH2025ed, weight management & wellbeing definition; combined % RSP share GBO for 2024.

INK

Med stöd av forskare

Världsledande experter

Våra produkter har vetenskapligt stöd från ett globalt nätverk av över 300 experter och doktorer inom näringslära, vetenskap och hälsa som säkerställer kvaliteten och att alla regelverk efterföljs. Vi vägleds av forskning, drivs av kvalitet och kompromissar aldrig för att kunna leverera överlägsna resultat i samtliga led.

Beprövade

Testa, testa igen och en gång till – så jobbar vi! Vi testar både internt och med hjälp av tredjeparts certifieringsorganisationer för att säkerställa att våra produkter är förstklassiga.

Fantastiska produkter vinner fantastiska priser

Årets produkt 2022
Nutrition Hero 2021
Men's and Women's Fitness
Storbritannien

Årets produkt 2022
Frankrike

Vårt engagemang för innovation och vetenskap har gjort att våra produkter vinner priser världen över.

Bästa energiintaget Men's Health Healthy Award 2020
Spanien

Health & Wellbeing Awards Högt rekommenderad 2020
Storbritannien

Årets produkt 2022
Belgien

Årets produkt 2021
Belgien

Årets produkt 2022
Frankrike

Från jord

till bord

Fantastiska produkter kommer från fantastiska ingredienser

På Herbalife säkerställer vi att produkterna håller högsta kvalitet genom vår egen produktion som går ”från jord till bord” och med vår kvalitetssäkringsprocess.

Vi investerar i ansvarsfulla odlingsmetoder, och vårt team med forskare och producenter världen över är fast beslutna att framskaffa de bästa råvarorna. Alla ingredienser genomgår samma interna analys för att säkerställa att de uppfyller våra strikta krav. Från teodlingar i Kina och aloeodlingar i Mexiko till sojabönodlingar i USA så använder vi de bästa ingredienserna för att ta fram fantastiska produkter.

Vi gör stora ansträngningar för att garantera att Herbalifes produkter uppfyller eller överträffar både våra egna och branschens kvalitetsstandard. Renhet och näringsvärde för varje ingrediens fastställs bortom all tvivel och ingen tvivel råder heller om våra processers integritet.

Våra bönder sår fälten

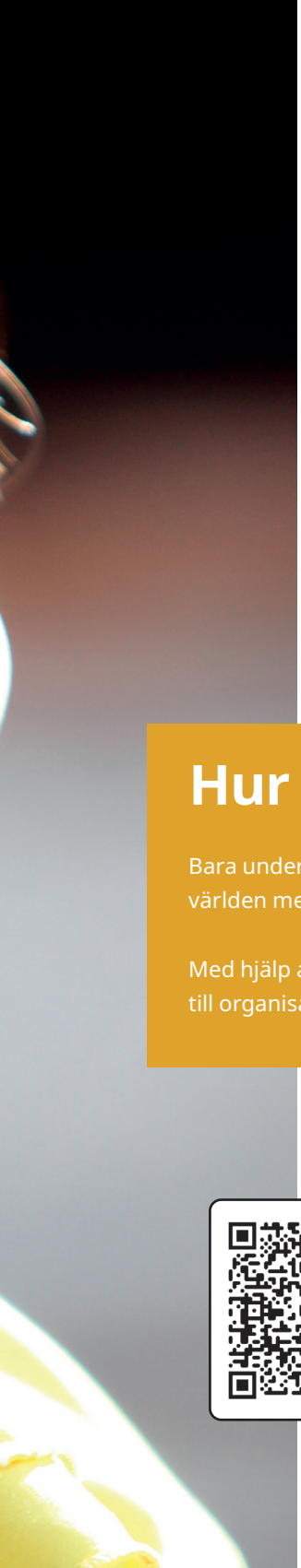
och odlar marken

för att se till att kvaliteten

kan garanteras genom hela förloppet

tills produkten når dig

Vi inspirerar dig att göra skillnad



HERBALIFE

HFF

FAMILY FOUNDATION

Herbalife Family Foundation (HFF) samarbetar med välgörenhetsorganisationer och andra organisationer, inklusive Herbalife, för att tillhandahålla den näring och utbildning som behövs för att både barn och samhällen världen över ska må bra.

Sedan starten 2005 har HFF bidragit med finansiering till 178 ideella organisationer, däribland sjukhus, barnhem, skolor och föreningar i fler än 60 länder.

Hur vi gör en skillnad

Bara under det förra året försåg HFF:s Casa-program över 206 000 barn runt om i världen med rätt näring för att kunna leva ett gott liv med bättre förutsättningar.

Med hjälp av våra generösa givare har över 50 miljoner dollar beviljats genom åren till organisationer runt om i världen.

Hur kan du ge tillbaka?

Ge en gåva idag för att förbättra livet för barn med olika svårigheter i hela världen.

En perfekt frukost

Kickstarta dagen med vår näringsrika och balanserade frukost. Den är jättegod, fullpackad med näring och tar bara några sekunder att tillreda.

1. Ge näring

Formula 1 Protein Shake

Ge kroppen näring med en underbart krämig Formula 1-shake – en näringsrik måltid som är fullpackad med näring.

2. Återställ vätskebalansen

Herbal Aloe Concentrate

Upprätthåll din vätskebalans med ett glas Herbal Aloe Concentrate – kallpressad, naturligt uppfriskande Aloe Vera-juice med låg kalorinivå.

3. Uppdatera

Instant Herbal Beverage with tea extract

En uppfriskande och god kopp Instant Herbal Beverage. Den innehåller grönt och svart te och varje portion innehåller 50 mg* koffein.

* Det rekommenderas att inte överskrida ett dagligt intag på 400 mg koffein oavsett källa (200 mg för kvinnor som är gravida eller ammar). * En enstaka dos på 200 mg koffein bör inte överskridas.

Formula 1

Fullpackad med högkvalitativt växtbaserat protein och 25 nödvändiga vitaminer och mineraler. Formula 1-shakes finns i nio goda smaker och kommer i burkar eller praktiska portionspåsar för när du är på språng.

- 18 g protein*
- 5 g fiber
- 25 Vitaminer
- Lågt sockernivå
- [220] kcal
- Glutenfri

* När den blandas med mellanmjölk

Banana Cream
21 portioner
550 g #4462

Caffé Latte
21 portioner
550 g #4465

Cookie Crunch
21 portioner
550 g #4467

Mint & Chocolate
21 portioner
550 g #4471

Raspberry & White Chocolate
19 portioner
500 g #4469

Smooth Chocolate
21 portioner
550 g #4468

Vad kunderna tycker

”Utan tvekan godast
och bäst konsistens.”

VEGANSK 100 % VEGANSK

Strawberry Delight
21 portioner,
550 g #4463

Vanilla Cream
21 portioner
550 g #4466

Vanilla Cream
30 portioner
780 g #048K

Portionspåsar

Vanilla Cream	7 x 26 g, 182 g #053K
Cookie Crunch	7 x 26 g, 182 g #228K
Smooth Chocolate	7 x 26 g, 182 g #229K

Vad kunderna tycker

”Att ha Protein Drink Mix i min vanliga F1-shake gör den till en härligt tjock och klumpfri måltid.”

Den perfekta måltiden

Uppgradera frukosten genom att kombinera Protein Drink Mix med Formula 1 för att få en näringsrik måltid med mer protein, mer fiber och mindre kalorier än en vanlig Formula 1-shake.

Eller kombinera Vegan Protein Drink Mix med Formula 1 för att få en näringsrik måltid som är laktosfri, 100 % vegansk och som innehåller en perfekt balans av protein, fiber, vitaminer och mineraler.

VEGANSK 100 % VEGANSK

Vegan Protein Drink Mix och Formula 1 Protein Shake

24 g proteinhalt | 26 vitaminer och mineraler | Glutenfri

F1 Vanilla Cream	21 portioner, 550 g	#4466
F1 Vanilla Cream portionspåse	7 x 26 g, 182 g	#053K
PDM Vegan Vanilla	20 portioner, 560 g	#172K
PDM Vegan Vanilla portionspåse	7 x 28 g, 196 g	#441K

Formula 1 Savoury Meal

Formula 1 Savoury Meal är värmande, näringsrik och välsmakande och går snabbt att tillaga – en fyllig och krämig soppa full av smak.

Njut av alla fördelarna med Formula 1 i en smak som både är utsökt och hälsosam.

- 19 g protein*
- 216 kcal*
- 25 vitaminer och mineraler
- Vegansk
- Glutenfri

21 portioner, 550 g

#092K

* Läs instruktionerna på produktetiketten noga när du använder Formula 1 måltidsersättning vid viktkontroll eller för att behålla en hälsosam vikt.

Vad kunderna tycker

”Den är läcker och krämig... ett bra alternativ kyliga kvällar.”

Tortilla med sparris

Portioner: 1

Ingredienser

Salt efter smak
80 g sparris
Vatten, is

Till degen

1 måttskopa (13 g) F1 Savoury

40 g fullkornsvetemjöl
1 äggvita
2 g currypulver

Till såsen

1 måttskopa (13 g) F1 Savoury

50 g naturell yoghurt (3,2 %)

Steg 1: Koka upp vattnet, tillsätt salt och doppa sparrisarna i vattnet i två minuter. Ta ur sparrisarna och doppa dem i kallt vatten och is.

Steg 2: För degen – Rör ihop äggvitan och F1 Savoury med fullkornsvetemjölet och tillsätt curryn. Gör till en deg, kavla ut den till ett tunt ark, forma den till en cirkel. Stek var sida i en uppvärmd stekpanna i 30 sekunder. Täck tortillan med sås, vik den på mitten och lägg sparrisen inuti.

Steg 3: För såsen – Rör ihop yoghurten och F1 Savoury Meal.

Näringsinnehåll per portion (238 g)*:

Energi (kcal)	304
Protein (g)	24,5
Fett (g)	5,6
varav mättat fett (g)	1,57
Kolhydrater (g)	8,4
varav sockerarter (g)	4,5
Kostfiber (g)	6,7
Salt (g)	1,6

Vill du ha fler recept?
Spana in vår senaste kokbok

* Produkten ger fullständiga näringsmässiga fördelar endast när den tillreds enligt instruktionen på produktetiketten. Observera att när en produkt från Herbalife används i ett recept som kräver uppvärmning kan en del vitaminnivåer i den färdiga produkten sjunka i jämförelse med värdena som anges på etiketten.

* När du använder Formula 1 Nutritional Drink som ett sätt att gå ner i vikt eller för att behålla din vikt är det viktigt att du noggrant följer instruktionerna på produktetiketten.

Formula 1

Express Balanced Meal Bars

En näringsmässigt komplett måltid för när du är på farten. De här farligt goda barerna hjälper dig stilla både hungern och sötsuget.

209 kcal | 25 vitaminer och mineraler | 15 g proteinhalt | 7 g fiber | Inga artificiella färgämnen | Vegetarisk

7 x 56 g, 392 g	Dark chocolate flavor #4472
7 x 56 g, 392 g	Cranberry & white chocolate flavor #4473

Formula 1
Express
cranberry & white
chocolate flavour

Kaffe med protein

High Protein Iced Coffee

Varje sats är mästerligt brygd med 100 % Robusta espressokaffebönor som ger en jämn och djärv smak. Kaffe när det är som bäst, med 80 mg koffein*, 15 g protein, inget tillsatt socker och endast 80 kalorier per portion. Det är bara att tillsätta vatten och ladda batterierna!

15 g vassleprotein proteinhalt

80 mg koffein

80 kcal

Latte Macchiato — 14 portioner, 308g #012K

* Det rekommenderas inte att överskrida ett dagligt intag på 400 mg koffein, oavsett källa. (200 mg för gravida och ammande kvinnor)

Naturligt utvalda

Tri Blend Select

Vår smakrika veganska proteinshake har en kraftfull blandning av utvalda ärtor, quinoa och linfrö som ger ett komplett intag av protein* och som dessutom innehåller fiber, vitaminer och mineraler.

- 20 g proteinhalt
- 6 g fiber
- Vitamin C
- Lågt sockernivå
- 151 kcal

Banana	15 portioner, 600 g	#013K
Coffee Caramel	15 portioner, 600 g	#052K

* Tillsatsen av risprotein ger en fullständig proteinkälla

Få tillräckligt med protein

Det kan vara enkelt att få i sig tillräckligt med protein.

Vårt sortiment med proteinprodukter är ett smidigt sätt att se till att du får i dig så mycket protein som rekommenderas varje dag.

Protein Drink Mix

En jättegod och högkvalitativ proteinshake som kan blandas med Formula 1 eller drickas som den är.

15 g proteinhalt | 22 vitaminer och mineraler | Vegetarisk | 108 kcal

Vanilla	21 portioner, 588 g #2600

Vegan Protein Drink Mix

En superkrämig dryck med vaniljsmak. Blanda med Formula 1 om du vill ha en näringsrik vegansk måltid eller drick den som en shake precis som den är.

Hög proteinhalt | 22 vitaminer och mineraler | Glutenfri | Sockerfri

Vanilla	20 portioner, 560 g #172K
Vanilla portionspåse	7 x 28 g, 196 g #441K

VEGANSK 100% VEGANSK

Formula 3 Personligt Proteinpulver

Ett enkelt sätt att öka sitt proteinintag.

5 g proteinhalt | 23 kcal

40 portioner, 240 g	#0242

Smarta proteinsnacks

I motsats till vad många tror så kan mellanmål och småätande vara bra för de som vill nå sina näringsmässiga mål.

Dessutom är de ännu en chans att fylla på med näringsämnen! En klinisk studie visade att näringsrika, kalorikontrollerade mellanmål i portionskontrollerade förpackningar hjälpte folk att äta mindre under dagens lopp[1].

[1] Nijke et al (2016), Snack food, satiety, and weight. Adv. In Nutrition, 7(5).

Protein Bars

Tillfredsställ chokladsuget med ett läckert snacks med hög proteinhalt eller ät för att få en boost under träningen.

7 g proteinhalt

High in protein

Vanilla Almond	14 x 35 g, 490 g	#3968
Citrus Lemon	14 x 35 g, 490 g	#3976

Aldrig friterade. Alltid poppade.

Protein Chips

Sour Cream & Onion

Njut av våra Sour Cream & Onion Protein Chips härligt syrliga smak.

12 g proteinhalt | Glutenfri | Vegetarisk

10 portioner, 30 g #142K

Protein Chips

Barbecue

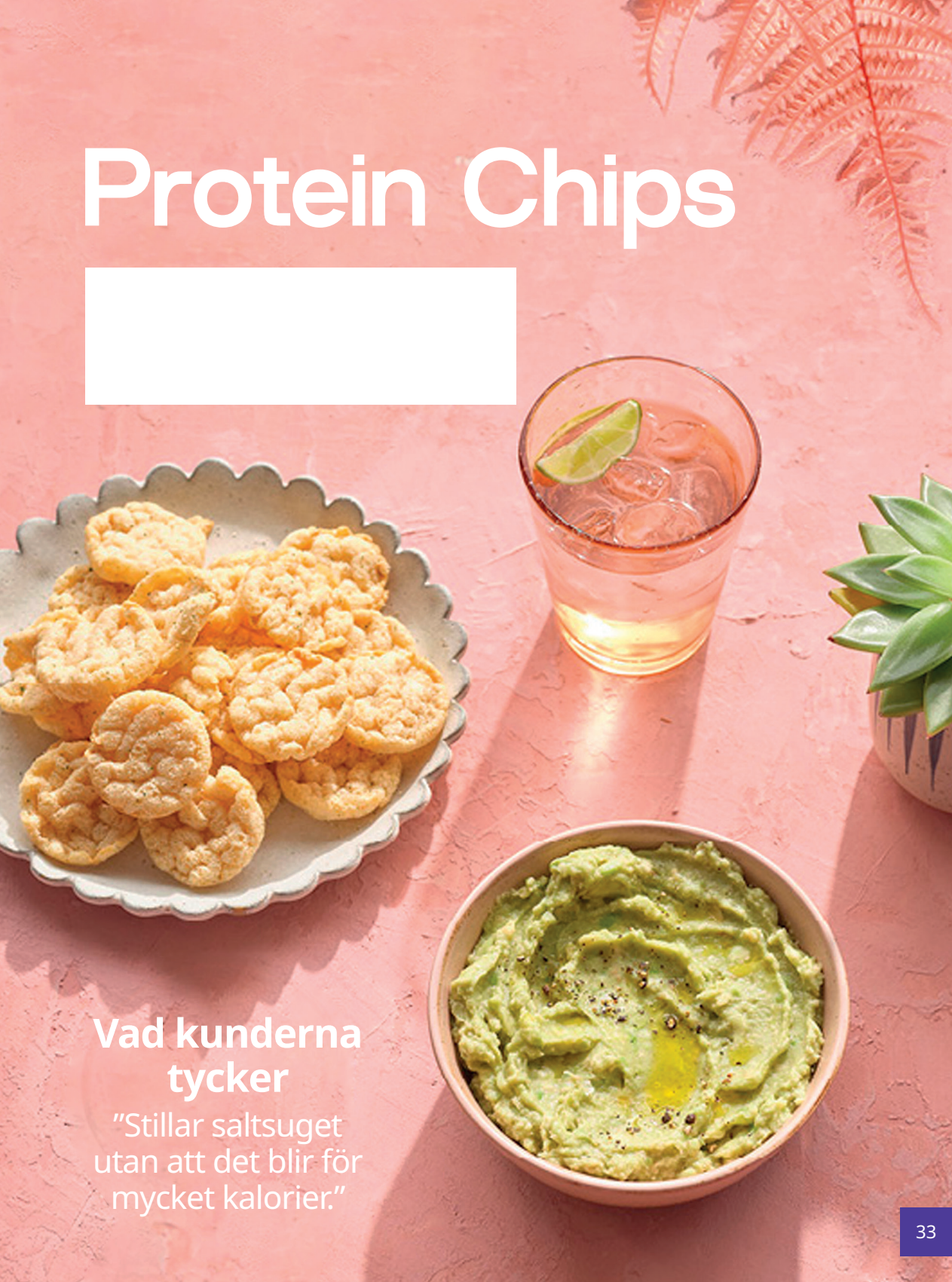
Unna dina smaklökar den milda hettan och rökiga smaken av våra Protein Chips med Barbecue-smak.

11 g proteinhalt | Glutenfri | Vegansk

10 portioner, 30 g #141K

* 50 % mindre fett än friterade potatischips

Protein Chips



Vad kunderna tycker

”Stillar saltsuget utan att det blir för mycket kalorier.”

Kokboken

Ge smaklökarna näring!

Kokbok, volym 2

Vi har satt ihop en spännande samling av 80 unika recept från Europa och Afrika som kommer att förbättra din matlagning och väcka dina smaklökar till liv – och dessutom ge din kropp den näring den behöver, enkelt och bekvämt. Med avsnitt som Party Pleasers, Bränsle under träningen och Wellness finns det en värld av innovativa rätter att upptäcka – som till exempel Grönsaksfyllda auberginer, Vegansk tarte flambée, Couscous med harissa, Acai Bowl och Plättar på kokbanan.

Det finns också många klassiska ”favoriträtter” som har anpassats för att bli mer hälsosamma och näringsrika. Dessa recept är smarta, lätta och fulla av smak och visar hur du kan ta dina favoritprodukter från Herbalife till nästa nivå och använda dem på nya sätt. Den här kokboken främjar ett bättre förhållande till mat och kommer att förändra hur du förbereder, tillagar och till och med hur du handlar mat – där varje recept har en QR-kod för en snabb inköpslista.

Beställ ditt exemplar:
SKU 3C10

Herbalife
Kokbok

Barn behöver också kosttillskott

Spana in vårt nya sortiment med kosttillskott för barn, Herbalife Gels.

Kosttillskott är viktiga när man är vuxen, men även barn och tonåringar kan få vitaminbrist. Deras snabba tillväxt samt deras fysiska och neurologiska utveckling gör att det behövs många viktiga näringsämnen under den här tiden i deras liv.[1]

En hälsosam och välbalanserad kost bör förse barnens växande kroppar med alla näringsämnen de behöver. I realiteten är det dock ofta så att barn och tonåringar dras till ohälsosam kost av bearbetade livsmedel som innehåller lite näring jämfört med frukt och grönsaker.[2]

Barn vars vikt är utanför det intervall som är hälsosamt löper större risk att drabbas av brist på vitamin A, C, D och E jämfört med de med normalviktiga barn.[3]

Vitamin D: Solskensvitaminet

Vitamin D är känt för att bidra till ett starkt skelett och starka tänder hos barn, men behövs även för ett sunt immunsystem.[4-9] Det rekommenderade dagliga intaget av vitamin D för barn i åldern 1–17 år är 15 mg (600 IE).[10]

Det är vanligt att barn och tonåringar som tillhör vissa riskgrupper (t.ex. mörkhyade och/eller som inte får tillräckligt mycket sol) upplever brist.[11] Otillräckliga mängder vitamin D kan leda till vitaminbrist hos barn, vilket i sin tur kan leda till missbildning av skelett och rakitis.[10]

Att inkludera livsmedel i familjens kost som innehåller mycket vitamin D, som fet fisk, fiskleverolja, vitamin D-berikad mjölk eller apelsinjuice, kan hjälpa till att förhindra att vitaminbrist uppstår.[12] Lever från nötkreatur, ost, äggulor och vissa svampar kan också öka nivåerna av vitamin D.[13]

Omega-3-fettsyror

Omega-3-fettsyror kan även vara viktiga för barns välmående då dessa kan gynna hjärnans hälsa och synen.[14, 15]

De två vanligaste typerna av omega-3-fettsyror är EPA och DHA – det är viktiga strukturella komponenter i cellmembran som kan nyttjas som energikällor. Världshälsoorganisationen rekommenderar ett dagligt intag av runt 100–200 mg EPA+DHA för barn i åldrarna 2–6, och 200–250 mg om dagen för äldre barn.[16]

Människokroppen kan inte producera omega-3-fettsyror på egen hand, så det enda sättet att nå det rekommenderade intaget är att inkludera dem i familjens kost eller genom kosttillskott.[16]

Att äta fet fisk som exempelvis tonfisk, lax, makrill och sill kan hjälpa dig öka ditt intag av omega-3.[17]

* Fullständiga referenser hittar du på sida 87.

Besök utbildningswebbplatsen för mer information

NY

Herbalife Gels

NutrientVita Kids

Stöd dina barns tillväxt och utveckling[1,2]

Vitamin C | Vitamin D | Jod | Naturliga färg- och smakämnen

Tutti-frutti-smak — 30 geltabletter, 45 g #396K

[1] Rika på vitamin D för normal tillväxt, bibehållande av normal benstomme och för immunsystemets normala funktion hos barn.

[2] Innehåller jod för att stödja normal tillväxt hos barn.

MindVita Kids

Stödjer växande hjärnor[1,2]

Omega-3 | Vitamin B6 | Vitamin B12 | Biotin | Niacin

Moonbeam Lemonberry Flavor — 30 geltabletter, 45 g #379K

[1] DHA bidrar till upprätthållandet av normal hjärnfunktion och normal syn. De gynnsamma effekterna uppnås genom ett dagligt intag av 1 mg DHA.

[2] Vitamin B6, vitamin B12, biotin och niacin stödjer normal energiomsättning, nervsystemets normala funktion och normal psykologisk funktion.

Läckra, tuggbara vitaminer för dig och din familj

- ✓ Välsmakande
- ✓ Naturliga smak- och färgämnen
- ✓ Sockerfri
- ✓ Glutenfri

CoQ10Vita

Innehåller CoQ10 som är avgörande för energiproduktionen, framför allt i hjärtat[1,2]

Vitamin E | Vitamin K

Cherry Crush Flavor — 30 geltabletter, 45 g #378K

[1] Vitamin E bidrar till att skydda cellerna mot oxidativ stress.
[2] Vitamin K bidrar till normal blodkoagulation och bibehållandet av normal benstomme.

ViewVita

Stödjer synen och hjälper till att skydda ögonen[1,2]

Vitamin A | Zink | Omega-3 (DHA)

Berry Citrus Blast Flavor — 30 geltabletter, 50,4 g #376K

[1] Innehåller zink, DHA och vitamin A som bidrar till att bibehålla normal synförmåga.
[2] Den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 250 mg DHA.

Främja ögonens och hjärnans hälsa

Har du någonsin undrat hur vissa växter och grönsaker fått sina distinkta och skarpa färger? Jo, det beror på lutein och zeaxantin.

Dessa naturliga pigment, mer kända som karotenoider (xantofyller), ger spenat, grönkål, grapefrukt och morötter sina underbara vintergröna, rosa och levande orangea färger.[1,2] Och visste du att de även skyddar ögonen mot skadligt blått ljus?

Ögonhälsa

Blått ljus förekommer överallt. Det sprids naturligt av solen och på konstgjort sätt av elektronik (exempelvis mobiltelefoner) och vanliga glödlampor (exempelvis fluorescerande lampor), och långvarig exponering för blått ljus kan vara skadligt för ögonen.

Studier har visat att högre nivåer av lutein och zeaxantin kan vara gynnsamt för ögonhälsan då båda ämnen samarbetar för att öka den optiska densiteten av makulärt pigment (MPOD), vilken hjälper till att skydda ögonen mot skadliga källor av blått ljus.[3–5]

Men kroppen kan inte producera lutein och zeaxantin, så ett dagligt tillskott om 10 mg lutein och 2 mg zeaxantin rekommenderas, särskilt om intaget via kosten är lågt.[6]

Vissa kliniska studier har visat att ett dagligt intag av denna dos kan:

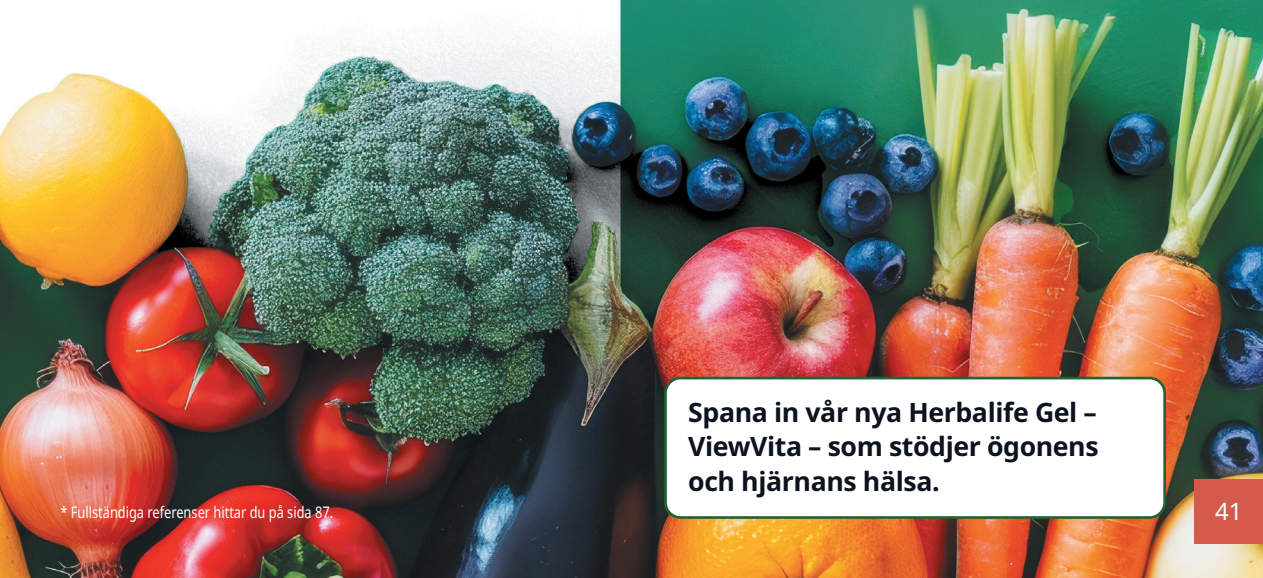
- Skydda cellerna mot oxidativ skada[7–12]
- Gagna åldrande ögon[13–16]
- Förbättra synen – förbättrar din förmåga att återhämta dig från starkt ljus, se kontraster och bearbeta visuell information snabbare[17,18,19–21]

Hjärnhälsan

Precis som ögonen behöver även hjärnan tas hand om. Lutein och zeaxantin kan samarbeta för att bibehålla hjärnans kognitiva funktioner.[22,23] Som för ögonhälsan har små kliniska studier visat att ett dagligt intag kan leda till förbättringar av:[22,23]

- **Det visuella minnet:** Förmågan att komma ihåg och återkalla visuella detaljer och bilder.
- **Rumsminnet:** Förmågan att komma ihåg var saker finns eller navigera i rum.
- **Den komplexa uppmärksamheten:** Förmågan att fokusera på och hantera flera uppgifter eller bitar av information samtidigt, även när det finns distraktioner.

Genom att upprätthålla tillräckliga nivåer av dessa näringsämnen kan du stödja ditt övergripande välmående när det gäller synen och hjärnans funktioner på lång sikt.



Spana in vår nya Herbalife Gel – ViewVita – som stödjer ögonens och hjärnans hälsa.

* Fullständiga referenser hittar du på sida 87.

Hitta din drömsömn

Night Mode

En lugnande dryck till kvällen med saffransextrakt som är vetenskapligt bevisat att förbättra sömnkvaliteten på sju dagar*. Saffransextrakt hjälper till att motverka sömnlöshet** och det kan också ha en positiv effekt på humöret under dagen samt öka mängden melatonin som stöder din sömn- och vakenhetscykel**.

En god natts sömn är avgörande för välbefinnandet eftersom sömn ger kroppen möjlighet att återhämta sig genom reparerande och regenererande processer. Sömn främjar mental skärpa och känslomässig balans och förbättrar vårt humör, våra energinivåer och fokus.

Night Mode innehåller också en blandning av vitaminer som bidrar till normal psykologisk funktion och nervsystemets normala funktion***. Optimera din sömn genom att inkludera Night Mode i dina kvällsrutiner. Luta dig tillbaka, koppla av och njut av den subtila smaken av kamomill och persika.

Riboflavin | Vitamin B6 | Koffeinfri | Glutenfri | Vegansk

21 portioner, 550 g #282K

* Resultat som vanligtvis ses efter sju dagars intag av 28 mg saffransextrakt dagligen, baserat på resultat från kliniska studier.
** Resultat som vanligtvis ses efter 28 dagars intag av 28 mg saffransextrakt dagligen, baserat på resultat från kliniska studier.
*** Vitamin B6 och riboflavin

Smart näring för immunförsvaret

Immune Booster

Rik på Vitamin C och innehåller Vitamin D, selen och zink som hjälper till att stärka immunförsvaret och skyddar cellerna från oxidativ stress. Fler än ett dussin studier visar att EpiCor® fermentat har fördelar för immunförsvaret och tarmhälsan[1].

- EpiCor®
- 80 mg vitamin C
- 10 µg vitamin D
- 55 µg selen
- 3 mg zink

Berry — 21 x 3,7 g, 77,7 g, #233K

[1] Sju publicerade prekliniska studier och åtta publicerade kliniska tester på människor.

Finjustera kosten

Vitaminer och mineraler är viktiga mikronäringsämnen som behövs för många vanliga kemiska reaktioner som sker i kroppen.

Även om en balanserad kost är det bästa sättet att få i sig dessa näringsämnen kan det vara svårt att få i sig tillräckliga mängder. Att ta vitamin- och mineraltillskott är ett smidigt sätt att nå det rekommenderade dagliga intaget.

Vitaminer B6 & B12

Kalcium & zink

Kvinnor 60 tabletter, 85,3 g #1819

Vitamin & Mineral Complex Men & Women

Den här produkten har designats särskilt för män och kvinnors behov och är ett näringsmässigt komplement med 24 viktiga näringsämnen, inklusive mikronäringsämnen som kroppen själv inte kan producera eller lagra. Skapad för att kunna användas med valfri Formula 1-shake.*

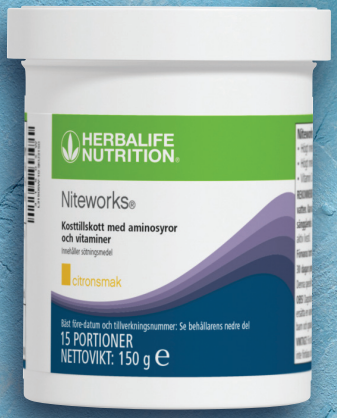
Vitaminer A & C

Riboflavin & Magnesium

Pantotensyra

Män 60 tabletter, 85,3 g #1800

* Varje portion ger 71 olika hälsofördelar, från stöd för immunförsvaret och optimerad fysisk och mental prestationsförmåga till friskt hår, frisk hud och friska naglar.



Niteworks®

Näring medan du sover. Rik på Vitamin C och E som skyddar cellerna mot oxidativ stress.

Vitaminer C & E

L-Arginin
L-Citrullin
L-Taurin

15 portioner, 150 g #3150

Xtra-Cal®

Den här produkten innehåller över 100 % av referensvärdet för kalcium per daglig dos, som behövs för att underhålla skelett och tänder.

Vitamin D

Kalcium och magnesium

90 tabletter, 133 g #0020

Active Mind Complex

Maximera din hjärnkapacitet

Vetenskapligt bevisat att det främjar fokus, koncentration och arbetsminnet – till och med under de mest hektiska dagarna.

Mästerligt framtagen med ett patenterat extrakt från grönmynta och en blandning av noga utvalda vitaminer för att främja normal psykologisk funktion, mental prestationsförmåga och ett normalt fungerande nervsystem.

Vegansk | Folsyra | Glutenfri | Pantotensyra | Vitaminer C, B6 & B12

60 kapslar, 40,2 g #243K

HERBALIFE NUTRITION
Active Mind Complex
KOSTTILLSKOTT | RAVINTOLISÄ
Innehåller vitaminerna B6, B12 och C | Sisältää B6-, B12- ja C-vitamiinia
Innehåller folsyra och pantotensyra | Sisältää foolihappoa ja pantoteenihappoa
Neumentix™
PHENOLIC COMPLEX KT10-42
Bäst före-datum och tillverkningsnummer: Se behållarens nedre del
Parasta ennen -päivämäärä ja eränumero: Pakkauksen pohjassa
60 KAPSLAR | KAPSELIA
NETTOVIKT | NETTOPAINO: 40,2 g
e

Phyto Complete

Phyto Complete jobbar lika hårt som du. Innehåller Fiit-NS™, som är en ingrediens som har bevisats bidra till ett minskat midjemått, minskad mängd bukfett samt bättre vitalitet och energi.*

Noggrant sammansatt med Fiit-NS™, Vitamin C och krom. Fiit-NS™ är en vetenskapligt studerad blandning av vitamin B3 och botaniska extrakt, inklusive från guarana, grönt te, grapefrukt, vindruvor och svart morot, och som innehåller fytonäringsämnen och naturligt koffein.

Innehåller hela referensintaget av A- och C-vitamin för att hjälpa till att upprätthålla ett sunt immunsystem.

- Vegansk
- Inga artificiella sötningsmedel
- Glutenfri
- Inga artificiella aromer
- Inget tillsatt socker

60 kapslar, 42,8 g

#236K

* Phyto Complete innehåller Fiit-NS™, som är en ingrediens som har bevisats bidra till ett minskat midjemått och minskad mängd bukfett, samt bättre vitalitet och energi. Tillsammans med ett program för balanserat näringsintag och motion. Försökspersonerna hade ett BMI på över 25.

Vad är fytonäringsämnen?

Fytonäringsämnen har studerats för sina kraftfulla antioxiderande egenskaper och kan ge många hälsofördelar, såsom att de främjar sund ämnesomsättning. De finns i frukt, grönsaker, kryddor och till och med i ätliga blommor, och de ger ofta livsmedel dess färggranna pigment, som till exempel i morötter och tomater som innehåller karotenoider som lykopen.

Ta hand om din hälsa med CoQ10

Spana in vår nya Herbalife Gel – CoQ10Vita – som stärker ditt antioxidantförsvar och bibehåller energiproduktionen.

I takt med att man åldras saktar energiproduktionen ner och kroppens naturliga försvarssystem försvagas.[1] Men vad kan man göra för att motverka detta?

Jo, en fettlöslig vitaminliknande molekyl vid namn koenzym Q10 (CoQ10) kan vara gynnsam. Denna kraftfulla antioxidant förekommer i samtliga cellmembran i kroppen och hjälper till att bekämpa fria radikaler – ostabila molekyler som kan orsaka skador på celler och andra stabila molekyler i kroppen såsom DNA och protein. Råder det obalans mellan fria radikaler och antioxidanter kallas detta oxidativ stress, vilket kan vara hälsovådligt.[2,3] Sjukdomar som diabetes, obesitas och hjärtsjukdomar kan uppstå.[2,3]

CoQ10 är även viktigt för att producera adenosintrifosfat (ATP), cellernas huvudsakliga energikälla – vars nivåer kan sjunka med åldern.

Hur får man i sig CoQ10?

Kroppens egna celler kan producera CoQ10, men produktionen avtar naturligt i takt med att vi åldras.[4,5]

Att äta över 500 gram av dessa rika källor kan ge runt 30 mg CoQ10. Källor innehållande måttliga mängder är bland annat smör och äggulor, medan oljor och nötter är de bästa veganska källorna.

Beroende på ens hälsotillstånd är det rekommenderade intaget mellan 30 och 1 200 mg.[7] Det kan vara rätt svårt att få i sig tillräckliga mängder CoQ10 enbart genom kosten, så att ta dagliga kosttillskott med CoQ10, som vårt **CoQ10Vita**, kan utgöra ett lättare sätt att nå optimala nivåer av CoQ10 och därmed främja den allmänna hälsan och välmåendet.

* Fullständiga referenser hittar du på sida 87.

Ha koll på fetterna

Mättat fett är dåligt.
Fleromättat är bra...
Fullt så enkelt är det inte.

Nuförtiden vet vi att det snarare handlar om att hitta en balans mellan fetterna, speciellt mellan omega-3 och omega-6 fleromättade fetter. Rätt mängd (250 mg om dagen) omega-3-fettsyror, EPA och DHA bidrar till att upprätthålla frisk syn och hjärnfunktion samt bidrar till hjärtats normala funktion.

Västerländsk kost

Den typiska västerländska kosten innehåller för mycket mättat fett och fett i allmänhet och för lite nyttigt fett, som det från fisk, nötter, olivolja och avokado.

Då det är en koncentrerad källa till kalorier så rekommenderar Herbalifes filosofi att man begränsar intaget av fett till högst 30 % av det dagliga kaloriintaget. Fiskolja är kopplat till hjärnans hälsa, så sikta på att varje vecka äta två portioner fet fisk såsom sardiner, lax eller öring.

De långkedjiga omega-3-fettsyrorna (EPA och DHA) som finns i fisk produceras inte i tillräckliga mängder av kroppen, så vi måste få dem i oss via kosten. Det hjälper även till att stötta hjärtats hälsa. Gillar du inte fisk? Då kan kosttillskott vara bra.

Herbalifeline® Max

Rik på omega-3-fettsyror

Godkänt av Friends of the Sea. Mer information finns på FRIENDOFTHESEA.ORG

Detta kraftfulla kosttillskott innehåller höga nivåer av omega-3-fettsyror, EPA och DHA (per kapsel[†]), som stöder hjärtat[1], synen[2] och hjärnan[2]. En vegetarisk gelkapsel med tillsatta eteriska oljor från timjan och pepparmynta som förbättrar smaken.

375 mg EPA per kapsel

250 mg DHA per kapsel

30 kapslar, 42 g #0043

Rekommenderad användning

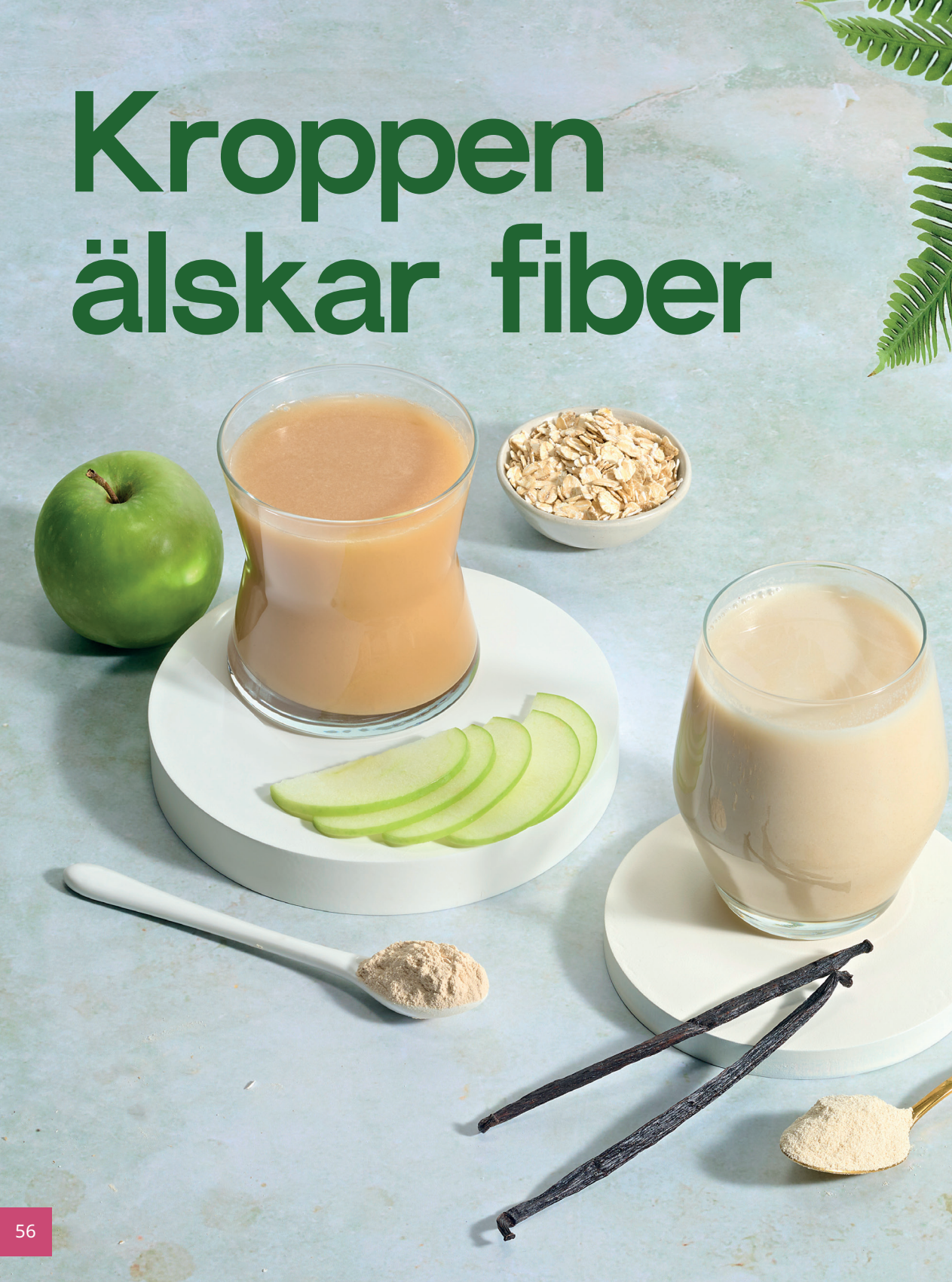
För att bibehålla normal hjärtfunktion[1]
För att bibehålla normal syn[2]
För att bibehålla normal hjärnfunktion[2]

För att bibehålla normala kolesterolnivåer i blodet[3]

För att bibehålla normalt blodtryck[4]

[†] Genomsnittsinnehållet av EPA och DHA är tre gånger högre jämfört med den nuvarande sammansättningen av Herbalifeline.
[1] Gynnsam effekt uppnås vid ett dagligt intag på 250 mg EPA och DHA;
[2] Gynnsam effekt uppnås vid ett dagligt intag på 250 mg DHA.
[3] Gynnsam effekt uppnås vid ett dagligt intag på 2 gram EPA och DHA.
[4] Gynnsam effekt uppnås vid ett dagligt intag på 3 gram EPA och DHA; Ett kompletterande dagligt intag på 5 gram EPA och DHA tillsammans får inte överskridas.

Kroppen älskar fiber



Fiber är det som bidrar till normalt fungerande mage och tarmar.

Det är en typ av kolhydrater som människors matsmältningssystem inte kan bryta ned, så det mesta går intakt genom tunntarmen och ger bulk till avföringen.

Trots att det är en så viktig del av kosten så får genomsnittspersonen bara i sig mindre än hälften av den rekommenderade mängden på 25 gram. Våra fiberrika tillskott kan hjälpa dig höja ditt intag, fast det är bäst att öka intaget långsamt samtidigt som man dricker rikligt med vatten.

Beta heart®

Innehåller huvudingrediensen OatWell® betaglukaner från havre som har visat sig sänka eller bibehålla blodets kolesterolhalt. Blanda 2 måttskopor med vatten eller med valfri dryck eller shake.

3 g fiber | Inga artificiella sötningsmedel | Sockerfri | 25 kcal per måttskopa

15 portioner, 229 g #0267

Oat Apple Fibre

Ett jättegott sätt att öka det dagliga intaget av fiber som främjar sund matsmältning och som kan avnjutas med vatten eller blandas ned i valfri Formula 1-shake.

5 g fiber | Inga artificiella sötningsmedel | Sockerfri | 18 kcal per måttskopa

30 portioner, 204 g #2554

Vad kunderna tycker

”Vaniljsmaken gör den perfekt för att kombinera med valfri F1-shake.”

Microbiotic Max

Sammansatt för att ge dig en kombination av probiotika och prebiotiska fiber och innehåller 2 miljarder levande bakterier (CFU) per portion. Det innehåller inga sötningsmedel, färgämnen eller konserveringsmedel och behöver inte förvaras i kylskåp, vilket gör det perfekt att ta med sig.

Rik på fiber | Probiotika | Prebiotiska fiber | Glutenfri

Vanilla flavor	20 portionspåsar x 2 g, 40 g #173K

* Rör ned Microbiotic Max efter mixning och använd vätskor med en temperatur under 25 °C för att undvika att påverka produktens effekt.

Vatten med mervärde

Vid intensiva träningspass kan du göra din kropp en tjänst genom att släcka törsten med en speciellt framtagen sportdryck – både under och efter träningen.

Tillskott av mineraler

När du svettas förlorar du viktiga mineraler som natrium, klorid och kalium. De kallas ofta för elektrolyter och är livsviktiga för din kropp. Sportdrycker förbättrar vätskeförbrukningen och tillför magnesium som bidrar till att upprätthålla elektrolytbalansen under träning. Prova **Herbalife 24 Hydrate**, en kalorifri elektrolytdryck, eller **Herbalife 24 LiftOff Max** som innehåller koffein och vitaminerna B6, B12 och C som bidrar till att minska trötthet och utmattning.

Ge det ett lyft

Herbalifes Instant tedryck med örter är en unik blandning med extrakt från grönt te och Orange Pekoe-teblad samt fröextrakt från kardemumma och blompulver från hibiskus. Varje portion innehåller 87,5 mg koffein som piggar upp utan att det påverkar din vätskebalans negativt eftersom måttliga mängder koffein inte torkar ut kroppen.

Vätskebalans

Aloe-sortimentet

Herbal Aloe Örtkoncentrat

Pigga upp vattnet med en fräsch smak av mango för att underlätta ett fullgott vätskeintag på cirka 2 liter om dagen.

40 % aloe vera-juice

Inga tillsatta sockerarter

Inga artificiella aromer eller färgämnen

Mango	473 ml	#1065
Original	473 ml	#0106

Vätskebalans
Tesortimentet

Instant Herbal Beverage

Vakna med en uppfriskande örtdryck som innehåller 50 mg koffein*.

- En unik blandning av orange pekoe – ett traditionellt svart te, samt grönt te med extrakt från hibiskus och kardemumma
- Avnjuts varm eller kall

Låg kalorihalt

Inget tillsatt socker

Original	30 portioner, 51 g	#165K
	60 portioner, 102 g	#166K

Lemon	30 portioner, 51 g	#167K
Raspberry	30 portioner, 51 g	#168K
Peach	30 portioner, 51 g	#169K

* Det rekommenderas att inte överskrida ett dagligt intag på 400 mg koffein oavsett källa (200 mg för kvinnor som är gravida eller ammar).

Lindra

Lindrande rengöringsgel med aloe

En skonsam rengöringsgel som gör huden klar, mjuk och ren.

150 ml Normal till torr hy #0765

Rengör

Polishing Citrus Cleanser

Djuprengörande mikropartiklar fräschar upp hyn och ger en lyster.

150 ml Normal till fet hy #0766

Skönhet

Produktsortimentet Herbalife SKIN är kliniskt testat och sammansatt av botaniska ämnen och vitaminer. Den är fri från parabener och sulfater och är gjord på ingredienser såsom aloe vera, Vitamin C, E och B3 för att främja mjukare, lenare och mer strålande hy*

Strama upp

Energising Herbal Toner

Aloe vera-berikat, alkoholfritt ansiktsvatten med en doft av mandarin som återfuktar huden och fräschar upp glåmig hy.*

50 ml #0767

Friska upp

Renande lermask med mynta

Avlägsnar orenheter och absorberar överflödig olja med bentonitlerans uppstramande och absorberande effekter.*

120 ml Normal till fet hy #0773

Mål

Line Minimising Serum

Detta multifunktionella serum hjälper till att göra synbara ålderstecken mindre framträdande.*

50 ml #0829

Revitalisera

Uppstramande ögongel

Får området runt ögonen att se bättre ut.

15 ml #0770

* Testad på försökspersoner med mätningar av hudens fasthet och elasticitet med visuell expertbedömning som skedde efter sju och 42 dagar. Hos 45 % av försökspersonerna sågs förbättringar av fastheten/elasticiteten i huden under ögat efter 42 dagar.

Exfoliera

Instant Reveal Berry Scrub

Antioxidantrik skrubb med frön från bär som exfolierar huden, vilket bidrar till att ge lenare och slätare hud.

120 ml #0772

Skydda

Skyddande fuktkräm SPF 30

Långtidsverkande återfuktning som gör huden slät och mjuk. Innehåller bredspektrigt UVA-/UVB-skydd.

50 ml #0828

Återfukta

Daily Glow Moisturiser

Allsidig fuktlotion med uppljusande egenskaper som ger ansiktet en lyster.

50 ml #0830

Hydrate

Hydrating Eye Cream

Hjälper till att minimera fina linjer och rynkor runt ögonen.

15 ml #0771

Återhämta

Replenishing Night Cream

Denna fylliga, lyxiga kräm bidrar till välbehövd återfuktning av huden nattetid.

50 ml #0827

Vacker hy

Grunden för vacker och frisk hud startar inifrån med denna uppfriskande och vetenskapliga dryck med smak av jordgubb och citron. Den är en god källa till kollagenpeptider som har visat sig motverka rynkor kring ögonen och göra huden mer elastisk inom fyra veckor, samt minska tecken på celluliter efter tre månader. Med sina 9 vitaminer och mineraler är detta fantastisk näring för hyn. Rik på viktiga vitaminer och mineraler för att stödja frisk hud, hår och naglar*.

Vad kunderna tycker...

”Resultaten är fantastiska! Min hud ser jättefin ut.”

Glutenfri

Naturligt sötningsmedel & arom

Resultat efter 4 veckor**

Reparera

Collagen Skin Booster

Strawberry and Lemon

30 portioner, 171 g #076K

* Verisol® P och bioaktiva kollagenpeptider är varumärken som tillhör Gelita AG. **Effekten på rynkor kring ögonen och hudens elasticitet syns efter 4 veckor, de första synliga tecknen på mindre synliga celluliter syns efter 3 månader. ***Bioton, koppar, jod, Vitamin A och zink bidrar till att bibehålla frisk hud. Biotin, selen och zink bidrar till att bibehålla normalt hår.

Säg (h)aloe till starkare hår och hud

Genial hårvård med botaniska ämnen som är helt fri från parabener och sulfater.

Herbal Aloe Stärkande schampo

- Gör håret tio gånger starkare efter bara en användning*
- Hydrolyserat veteprotein hjälper till att skydda, reparera och stärka håret*

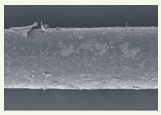
250 ml #2564

Herbal Aloe Stärkande balsam

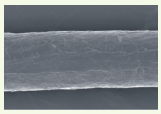
- Stärker håret och gör det mjukare och mer silkeslent efter bara en användning
- Avancerat balsam, berikat med veteprotein

250 ml #2565

Forskningsresultat:



Före
Mycket skadat hårstrå.



Efter
Väsentlig förbättring av hårstråets struktur.

* Vid användning tillsammans med Strengthening Conditioner i jämförelse med obehandlat hår. Resultaten baseras på en studie av hårstyrka och antalet brutna hårstrån. Genomsnittliga värden från kamningstest som genomförts av ett opartiskt forskningslaboratorium på "skadade" hårtestar. Jämförelser av antalet skadade hårfiber skedde mellan obehandlat hår och hår som behandlats med Herbal Aloe Strengthening Shampoo och Strengthening Conditioner.

Herbal Aloe Bath & Body Bar

- Rengör skonsamt utan att huden förlorar viktiga fetter
- En blandning av aloe vera, olivolja samt A-, C- och E-vitamin ger huden näring

125 g #2566

Herbal Aloe Hand & Body Wash

- Tredubbelt mjukgörande och fuktgivande ämnen hjälper till att lindra torrhet och återfukta på djupet
- En blandning av extrakt från ökenväxter hjälper till att bevara en sund hud

250 ml #2561

Herbal Aloe Lindrande gel

- Berikad med aloe vera och hudvårdande växtextrakt som återfuktar och ger huden lindring
- Parfymfri formula

200 ml #2562

Herbal Aloe Everyday Soothing Hand & Body Lotion

- Kliniska försök har visat att den återställer hudens fuktbalans på djupet
- Aloe vera och afrikanskt sheasmör absorberas snabbt och gör att huden känns mjuk och slät

200 ml #2563

Ge håret en vårdande intensivbehandling – låt Herbal Aloe balsam verka i tre minuter innan du sköljer ur för att få ett supermjukt och glänsande hår.

Frigör din potential

Oavsett om du bara ger dig ut i joggingspåret ibland eller är elitidrottare så har produktserien Herbalife24® det du behöver för att förbereda dig, träna och återhämta dig.

Skräddarsy ditt Herbalife24-program

Användning	CR7 DRIVE	Rebuild Strength	Rebuild Endurance	Hydrate	Prolong Energy Gel	Restore	Liftoff Max	Achieve Protein Bars
Förmiddag	■			■				■
Före träningen	■			■			■	■
Under träningen	■			■	■			
Efter träningen	■	■	■	■				■
På kvällen				■		■		■

Vill du veta mer om energigeler?

Med dr. Stephen Mears, universitetslektor i idrotts- och träningsnutrition vid Loughborough University

1 Hur kan energigeler gynna ens träning?

”Vid intensiv träning bränner kroppen främst kolhydrater för att få energi. Men efter 60–90 minuters intensiv träning kan kolhydraterna ta slut.[1–3]

En energigel som innehåller lättupptagliga kolhydrater kan därför hjälpa dig att upprätthålla prestationsförmågan under ett längre träningspass.” [4–6]

2 Hur snabbt verkar en energigel?

”Olika faktorer avgör detta, såsom:

- Träningspassets intensitet
- Din vätskebalans
- Mat och dryck som redan konsumerats

De ger ofta optimala kolhydratkällor som är lätta att ta upp för kroppen och som oftast tolereras av kroppen.[7–9]

Energigeler börjar inte verka omedelbart då det kan ta tid att transportera kolhydraterna till musklerna.”

3 Vilka är fördelarna med energigeler över mat och dryck som innehåller kolhydrater?

- Energigeler är enkla att förtära och smidiga att ta med sig.
- De ger ofta optimala kolhydratkällor som är lätta att ta upp för kroppen och som oftast tolereras av kroppen.[7–9]
- För motsvarande mängd kolhydrater måste ofta livsmedelskällor konsumeras i större volymer, vilket kan belasta matsmältningssystemet.

4 Vilka är fördelarna med att ha fördelningen 1:0,8 mellan glukos och fruktos?

”Vid fördelningen 1:0,8 kan kroppen hantera mer fruktos, vilket innebär att en större total mängd kolhydrater kan tillföras utan att orsaka magproblem.” [10–15]

5 Bör jag ta energigeler med vätska?

”Ja. När du tränar under lång tid och/eller med hög intensitet förlorar du vätska när du svettas och därför är det bra att ta energigeler med vätska för att hålla vätskebalansen.”

6 När bör jag ta en energigel?

”Vid träning bör man förtära cirka 30 g kolhydrater per timme, vilket kan innebära att du bör ta en gel var 20:e till 30:e minut.”

7 Vilken typ av idrott är energigeler lämpliga för?

”Intensiv idrott såsom löpning, cykling och lagsporter som fotboll. I synnerhet om dessa aktiviteter varar i över en timme.” [1–3]

Spana in vår nya H24 Prolong Energy Gel. Besök bit.ly/herbalifeprolong eller skanna QR-koden för mer information.

* Fullständiga referenser hittar du på sida 87.

H24 Prolong Energy Gel

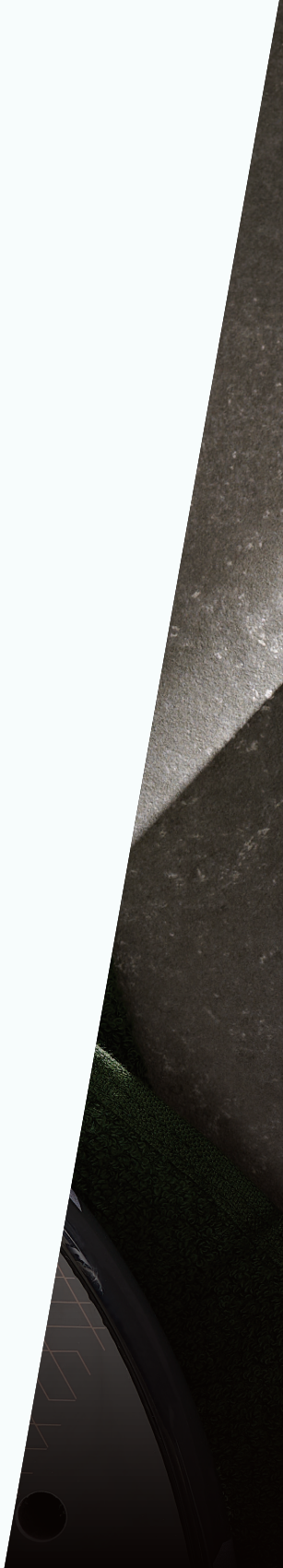
Maxa dina träningspass och nå nya höjder.

H24 Prolong Energy Gels är optimala energipaket som är redo att ätas för att få en snabb energikick. Innehåller en lättabsorberad blandning av kolhydrater med det perfekta förhållandet 1:0,8 mellan glukos och fruktos som ger snabb upptagning och energi. Detta gör den till en av de mest koncentrerade energigelerna på marknaden, och den perfekta träningspartnern som hjälper dig hålla dig på rätt spår under långa träningspass. Inga konstgjorda smakämnen, färgämnen eller sötningsmedel.

30 g kolhydrater | Vegansk | Glutenfri | Vitamin B12 och tiamin

Jordgubb	10 portionspåsar, 45 g per portionspåse, 450g	#402K

H24-sortimentet har produkter för alla dina fitnessmål på alla nivåer



Håll dig på rätt spår med Prolong

Vad kunderna tycker

”Smakar jättegott, enkelt att ta med sig, och jag har märkt enorm skillnad i hur jag presterar”

Höj ribban

Vad kunderna tycker

”Har god konsistens som inte är för seg.”

H24 Achieve Protein Bars

Ett smidigt mellanmål för efter träningen som innehåller 21 gram protein för att hjälpa dig nå dina mål.

De här jättegoda barerna finns i två smaker: oförskämt goda Dark Chocolate eller smakfulla Chocolate Chip Cookie Dough. Innehåller inga artificiella aromer eller färgämnen och de är även lämpliga för vegetarianer!

21 g proteinhalt per bar

Lågt sockernivå

Informed Sports certifierade

Lämpliga för vegetarianer

Dark Chocolate	6 portioner, 60g	#150K
Chocolate Chip Cookie Dough	6 portioner, 60g	#149K

Väx dig

Rebuild Strength i påse

En högkvalitativ och proteinrik återhämtningsshake som främjar tillväxt och bibehållande av muskelmassa, men även järn som bidrar till normal energiomsättning.

25 g proteinhalt | 190 kcal | Järn

Choklad — 20 portioner, 1000g #403K

Restore

Ett nattligt kosttillskott som tagits fram för att främja återhämtning och avslappning för att balansera idrottande som kräver hög uthållighet.

Vitaminer C & E | Lactium

30 kapslar, 21,4 g — #1424

Ta Restore som en del av en varierad och balanserad kost i kombination med en hälsosam livsstil. Använd produkten enligt anvisningarna på produktetiketten. För att läsa mer om Lactium™, gå in på www.lactium.com

Rebuild Endurance

En återhämtningsdryck som bör drickas efter uthållighetsidrottande och som innehåller en noga utvald blandning av kolhydrater, högkvalitativt protein från mejeriprodukter, järn och viktiga vitaminer.

10 g proteinhalt | 188 kcal | Vitaminer B, C & E

Vanilla — 20 portioner, 1000g #1436

starkare

Prolong Energy Gel

En energigel man äter under intensiv träning. Var förpackning om 45 g ger 30 g kolhydrater samt vitamin B12 och tiamin som hjälper till att främja normal energigivande metabolism och bidrar till minskad trötthet och utmattning.

30 g kolhydrater | 121 kcal | Vitamin B12 och tiamin

Jordgubb — 10 portionspåsar x 45 g, 450 g #402K

Hydrate

Se till att du får i dig tillräckligt med vätska med denna kalorifria elektrolytdryck som innehåller 100 % av referensintaget för Vitamin C samt viktiga B-vitaminer, kalcium och magnesium.

270 mOsmol/kg | Vitaminer B & C

Apelsin — 20 portionspåsar x 5,3 g, 106g #1433

Vad kunderna tycker

”LiftOff Max ger mig kraft och energi direkt!”

Känn dig uppfriskad och njut av den fräscha smaken av grapefrukt. Ta den före träning eller när du känner att du behöver komma tillbaka på rätt spår.

H24 LiftOff® Max

Boosta träningspassen med den här sockerfria energidrycken som innehåller koffein och vitaminerna B6, B12 och C som motverkar trötthet.

- 180 mg koffein per portion*
- Sockerfri
- Inga artificiella färgämnen eller aromer

Grapefruit Twist	10 portionspåsar x 4,2 g, 42 g #192K

LiftOff®

- 75 mg koffein per portion
- Vitaminer B & C
- 10 kcal per portion

Lemon & Lime	10 portionspåsar x 4,5 g, 45 g #3152

* Det rekommenderas att inte överskrida ett dagligt intag på 400 mg koffein, oavsett källa (200 mg för kvinnor som är gravida eller ammar).

“

För att bli så bra som möjligt litar jag på Herbalife.

Cristiano Ronaldo

CR7 DRIVE

Få bränsle för träningspassen med CR7 Drive - en vetenskapligt sammansatt hypotonisk dryck som utvecklats i samarbete med Cristiano Ronaldo. CR7 Drive har en smak av acaibär och kombinerar lösningar med kolhydrater och elektrolyter med vitaminerna B1 och B12 för att främja vätskebalansen, uthålligheten och ämnesomsättningen.

CR7 DRIVE

- Under 100 kcal per portion
- 249 mg natrium
- 142 mg magnesium
- 100 % av referensvärdet för Vitamin B1 & B12

Acai Berry	20 portioner, 540 g #1466
	10 påsar x 27 g, 270g #1467

SEGERN BÖRJAR PÅ INSIDAN

FLER ÄN 190 IDROTTSLAG OCH IDROTTARE VÄRLDEN ÖVER ANVÄNDER HERBALIFE24-PRODUKTER FÖR ATT HJÄLPA DEM ATT PRESTERA PÅ TOPP

HERBALIFE 24

INFORMED SPORT BANNED SUBSTANCE TESTED EVERY BATCH

Mary Kom
Heather Jackson
Camilla Osorio

Notes

Ref. s36/37

[1] Passarelli S, et al. Lancet Glob Health. 2024.

[2] Kreusler P, et al. Nutrients. 2021;13(2).

[3] Calcaterra V, et al. Children (Basel). 2023;10(4).

[4] Health Canada. Multi-Vitamin/Mineral Supplements Monograph. 2023.

[5] EFSA. EFSA Journal. 2008;6(10):827.

[6] EFSA. 2009;7(9):1227.

[7] EFSA. 2009;7(9):1272.

[8] EFSA. 2010;8(2):1468.

[9] EFSA. EFSA Journal. 2015;13(5):4096.

[10] EFSA. EFSA Journal. 2016;14(10):e04547.

[11] Braegger C, et al. J Pediatr Gastroenterol Nutr. 2013;56(6):692-701.

[12] Lips P, et al. Ann N Y Acad Sci. 2014;1317:92-8.

[13] NIH. 2018.

[14] EFSA. EFSA Journal. 2010;8(10).

[15] European Commission. Official Journal of the European Union. 2012;L136:1-40.

[16] WHO. 2011.

[17] Adarme-Vega TC, et al. Current opinion in biotechnology. 2014;26:14-8.

Ref. s52/53

[1] Maldonado, E., Morales-Pison, S., Urbina, F., & Solari, A. (2023). Aging Hallmarks and the Role of Oxidative Stress. Antioxidants (Basel), 12(3). https://doi.org/10.3390/antiox12030651

[2] Reddy, V. P. (2023). Oxidative Stress in Health and Disease. Biomedicines, 11(11). https://doi.org/10.3390/biomedicines11112925

[3] Lobo, V., Patil, A., Phatak, A., & Chandra, N. (2010). Free radicals, antioxidants and functional foods: Impact on human health. Pharmacogn Rev, 4(8), 118–126. https://doi.org/10.4103/0973-7847.70902

[4] Kalén, A., Appelkvist, E. L., & Dallner, G. (1989). Age-related changes in the lipid compositions of rat and human tissues. Lipids, 24(7), 579–584. https://doi.org/10.1007/BF02535072

[5] Rosenfeldt, F. L., Pepe, S., Linnane, A., Nagley, P., Rowland, M., Ou, R.,...Esmore, D. (2002). Coenzyme Q10 protects the aging heart against stress: studies in rats, human tissues, and patients. Ann N Y Acad Sci, 959, 355–359; discussion 463-355. https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2002.tb02106.x

[6] Strazisar, M., Fir, M., Golc-Wondra, A., Milivojevic, L., Prosek, M., & Abram, V. (2005). Quantitative determination of coenyzmecoenzyme Q10 by liquid chromatography and liquid chromatography/mass spectrometry in dairy products. *J AOAC Int*, 88(4), 1020–1027.

[7] Pravst, I., Zmitek, K., & Zmitek, J. (2010). Coenzyme Q10 contents in foods and fortification strategies. Crit Rev Food Sci Nutr, 50(4), 269–280. https://doi.org/10.1080/10408390902773037

Ref. s40/41

[1] Abdel-Aal el, S.M., et al., Dietary sources of lutein and zeaxanthin carotenoids and their role in eye health. Nutrients, 2013. 5(4): p. 1169–85.

[2] Mares-Perlman, J.A., et al., The body of evidence to support a protective role for lutein and zeaxanthin in delaying chronic disease. Overview. The Journal of Nutrition, 2002. 132(3): p. 518S–524S.

[3] Kijlstra, A., et al., Lutein: more than just a filter for blue light. Prog Retin Eye Res, 2012. 31(4): p. 303–15.

[4] Junghans, A., H. Sies, and W. Stahl, Macular pigments lutein and zeaxanthin as blue light filters studied in liposomes. Arch Biochem Biophys, 2001. 391(2): p. 160–4.

[5] Barker, F.M., 2nd, et al., Nutritional manipulation of primate retinas, V: effects of lutein, zeaxanthin, and n-3 fatty acids on retinal sensitivity to blue-light-induced damage. Invest Ophthalmol Vis Sci, 2011. 52(7): p. 3934–42.

[6] Johnson, E.J., et al., Intake of lutein and zeaxanthin differ with age, sex, and ethnicity. J Am Diet Assoc, 2010. 110(9): p. 1357–62.

[7] Khachik, F., P.S. Bernstein, and D.L. Garland, Identification of lutein and zeaxanthin oxidation products in human and monkey retinas. Invest Ophthalmol Vis Sci, 1997. 38(9): p. 1802-11.

[8] Krinsky, N.I. and E.J. Johnson, Carotenoid actions and their relation to health and disease. Mol Aspects Med, 2005. 26(6): p. 459–516.

[9] Perrone, S., et al., Effects of lutein on oxidative stress in the term newborn: a pilot study. Neonatology, 2010. 97(1): p. 36-40.

[10] Granado, F., B. Olmedilla, and I. Blanco, Nutritional and clinical relevance of lutein in human health. The British journal of nutrition, 2003. 90(3): p. 487–502.

[11] Haegele, A.D., et al., Plasma xanthophyll carotenoids correlate inversely with indices of oxidative DNA damage and lipid peroxidation. Cancer Epidemiol Biomarkers Prev, 2000. 9(4): p. 421–5.

[12] Health Canada, Marigold Extract and Isolates (Lutein and Zeaxanthin). 2022.

[13] Nolan, J.M., et al., Risk factors for age-related maculopathy are associated with a relative lack of macular pigment. Experimental eye research, 2007. 84(1): p. 61–74.

[14] Delcourt, C., et al., Plasma lutein and zeaxanthin and other carotenoids as modifiable risk factors for age-related maculopathy and cataract: the POLA Study. Investigative ophthalmology & visual science, 2006. 47(6): p. 2329–35.

[15] Manayi, A., et al., Lutein and cataract: from bench to bedside. Crit Rev Biotechnol, 2016. 36(5): p. 829–39.

[16] van Leeuwen, R., et al., Dietary intake of antioxidants and risk of age-related macular degeneration. JAMA, 2005. 294(24): p. 3101–3107.

[17] Hammond, B.R., et al., A double-blind, placebo-controlled study on the effects of lutein and zeaxanthin on photostress recovery, glare disability, and chromatic contrast. Invest Ophthalmol Vis Sci, 2014. 55(12): p. 8583–9.

[18] Stringham, J.M. and B.R. Hammond, Macular pigment and visual performance under glare conditions. Optom Vis Sci, 2008. 85(2): p. 82–8.

Ref. s72/73

[1] Stellingwerff, T. and G.R. Cox, Systematic review: Carbohydrate supplementation on exercise performance or capacity of varying durations. Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism, 2014. 39(9): p. 998–1011.

[2] Burke, L.M., et al., Carbohydrates for training and competition. Journal of Sports Sciences, 2011. 29(sup1): p. S17–S27.

[3] Kerksick, C., et al., ISSN Position Stand: nutrient timing. Journal of the International Society of Sports Nutrition, 2017. 5(1): p.17.

[4] Jeukendrup, A., A step towards personalized sports nutrition: carbohydrate intake during exercise. Sports medicine (Auckland, N.Z.), 2014. 44 Suppl 1(Suppl 1): p. S25–S33.

[5] ACSM, Joint Position Stand Nutrition and Athletic Performance. Medicine & Science in Sports & Exercise, 2016. 48(3): p. 543–568.

[6] Kerksick, et al., ISSN exercise & sports nutrition review update: research & recommendations. J Int Soc Sports Nutr, 2018. 15(1): p. 38.

[7] Pfeiffer, B., et al., CHO oxidation from a CHO gel compared with a drink during exercise. Med Sci Sports Exerc, 2010. 42(11): p. 2038–45.

[8] Guillochon, M. and D.S. Rowlands, Solid, gel, and liquid carbohydrate format effects on gut comfort and performance. International journal of sport nutrition and exercise metabolism, 2017. 27(3): p. 247–254.

[9] Hearris, M.A., et al., 13C-glucose-fructose labeling reveals comparable exogenous CHO oxidation during exercise when consuming 120 g/h in fluid, gel, jelly chew, or coingestion. Journal of applied physiology, 2022. 132(6): p. 1394–1406.

[10] O'Brien, W.J. and D.S. Rowlands, Fructose-maltodextrin ratio in a carbohydrate-electrolyte solution differentially affects exogenous carbohydrate oxidation rate, gut comfort, and performance. American Journal of Physiology-Gastrointestinal and Liver Physiology, 2011. 300(1): p. G181–G189.

[11] O'Brien, W.J., et al., Fructose-maltodextrin ratio governs exogenous and other CHO oxidation and performance. Med Sci Sports Exerc, 2013. 45(9): p. 1814–24.

[12] Rowlands, D.S., et al., Fructose–glucose composite carbohydrates and endurance performance: critical review and future perspectives. Sports Medicine, 2015. 45: p. 1561–1576.

[13] Podlogar, T., et al., Increased exogenous but unaltered endogenous carbohydrate oxidation with combined fructose-maltodextrin ingested at 120 g h− 1 versus 90 g h− 1 at different ratios. European Journal of Applied Physiology, 2022. 122(11): p. 2393–2401.

[14] Rowlands, D.S., et al., Effect of graded fructose coingestion with maltodextrin on exogenous 14C-fructose and 13C-glucose oxidation efficiency and high-intensity cycling performance. Journal of Applied Physiology, 2008. 104(6): p. 1709–1719.

[15] Shi, X., et al., Effects of carbohydrate type and concentration and solution osmolality on water absorption. Medicine and science in sports and exercise, 1995. 27(12): p. 1607–1615.

Berätta för dina kunder om våra produkter

- Bilder
- Video
- Recept
- Produktinformation

HNCONTENT.COM

VAR DIN EGEN CHEF
MED ETT VARUMÄRKE DU KAN LITA PÅ

Låga startkostnader • Deltidsinkomst • Produktrabatter
Pengarna tillbaka-garanti • Var med i en inspirerande community
Hjälp till att förbättra folks liv • Fullständig utbildning och stöd

GJORD AV 100 % ÅTERVUNNET PAPPER

Kontakta din Herbalife-distributör nu för mer information.

Kontakta mig i dag för att få mer information:

Herbalife Nutrition är stolt över att vara medlem i och stötta Direct Selling Sweden och dess fristående konsumentkodex. Diagram och modeller är enbart belysande exempel.

Direct Selling sweden
PERSONLIGT ENTREPRENÖRSKAP

Herbalife

6240SW

©2025 Herbalife International of America, Inc. Tryckt i Europa. April 2025, 6240-SW-74