

# 226ERS<sup>®</sup>

2022V1





**WE**   
**GLUTEN FREE**



226, c'est la distance en kilomètres de l'épreuve de résistance la plus exigeante au monde, qui correspond au format Ironman. De même que l'on désigne ceux qui font de la course à pied sous le terme de « runners », ceux qui pratiquent cette discipline peuvent être dénommés les **226ERS**<sup>®</sup>.

**226ERS**<sup>®</sup>, c'est une philosophie, une façon de voir la vie, mue par la volonté de faire toujours mieux, de se dépasser jour après jour, de poursuivre ses rêves à l'aide de tous les moyens mis à sa disposition, et ce pour enfin atteindre des objectifs qui, au départ, paraissaient complètement chimériques. Il se peut que vous ayez déjà parcouru ces 226 km, mais la probabilité en est plutôt faible. Peu importe ! Cette philosophie peut parfaitement s'appliquer à tous les aspects de la vie.



Pour rester en bonne santé, que ce soit d'un point de vue physique ou mental, une bonne alimentation se révèle essentielle. Être résistants aussi bien physiquement que mentalement, psychologiquement, c'est primordial si l'on souhaite avoir le plus de chances possibles d'atteindre nos objectifs. C'est la raison pour laquelle nous avons cherché, et nous poursuivons dans cette voie, à créer une gamme de produits qui vous aide à rester en pleine forme : un esprit sain dans un corps sain. Tous nos produits sont sans gluten et sont élaborés, dans leur grande majorité, à partir d'ingrédients et de composants naturels faibles en sucres ou sans sucres et sans OGM (organismes génétiquement modifiés). Tout a été pensé pour que rien ne puisse gêner la digestion ainsi que la correcte absorption de tous les nutriments dont votre corps et votre esprit ont besoin.

**ÇA VOUS PARLE ?**

# CEO & FOUNDER

J'avais à peine 13 ans quand tout a commencé. Je venais d'acheter mon premier livre sur le thème de la nutrition sportive. En passant d'un sport collectif à un sport individuel, la natation, où les performances ne dépendent désormais plus que de soi-même et où les progrès sont assujettis à un entraînement rigoureux ainsi qu'à un tas de petites choses que j'ai dû commencer à prendre en compte (et l'alimentation en faisait partie...), j'ai alors compris que sport et nutrition allaient de pair.

J'ai continué à faire des compétitions de natation, en ajoutant à mon arc d'autres modalités (VTT, surf, ski, volley et basket) et en faisant toujours particulièrement attention à l'aspect nutritionnel. C'est finalement en 1994 que je me suis immergé dans le monde du triathlon, ma grande passion. L'alimentation et la supplémentation jouent un rôle de plus en plus important dans ma vie.

En 1999, je me suis beaucoup entraîné et j'ai participé à des compétitions plus que coriaces. J'ai obtenu le bronze EEG du championnat d'Espagne de triathlon sur la distance olympique. Mais j'ai dû déclarer forfait pour l'épreuve phare de l'année : « El Home de Ferro de Ibiza », l'un des premiers triathlons sur une distance de 226 km en Espagne. C'est là que j'ai pris réellement conscience de l'importance de l'alimentation dans le sport de résistance. Cette épreuve a marqué un véritable tournant, un avant et un après dans ma vie sportive et professionnelle.

En 2004, à la fin de mes études d'architecture et avec le soutien de ma femme Pilar, qui souhaite s'initier au triathlon, j'ai décidé de revenir à la compétition, mais avec des objectifs clairs et ambitieux... Et ça a été le déclic ! J'ai obtenu de bons résultats sur la distance olympique et sur la moyenne distance. Mais la longue distance, quant à elle, se refusait encore à moi. Et toujours en raison de problèmes digestifs au cours des dernières heures de la compétition, lorsque le corps en a le plus besoin.

En 2007, pleinement conscient que ce problème ne me concernait pas que moi, mais était l'une des barrières les plus importantes à laquelle tout athlète devait faire face sur une longue distance, j'ai décidé, avec l'aide de mon médecin, de mon entraîneur, de mon diététicien, de nombreux livres spécialisés, d'études scientifiques et après avoir testé tous les produits du marché, de faire des recherches sur les causes des problèmes digestifs lors d'une compétition et de découvrir comment y faire face à l'aide d'aliments et de compléments appropriés.

En 2010, sur la base de ces recherches, j'ai commencé à faire mes propres mélanges. J'avais décidé de supprimer le gluten, de réduire radicalement la prise de sucres au cours de l'exercice et de privilégier les sources les plus « propres », brutes possibles et de haute qualité (aliments naturels) tout en consommant des compléments à faible osmolarité en vue de réduire le risque de coupures de digestion liées à la déshydratation.

Et tout a commencé à changer. Mes performances s'améliorent, les différents produits commencent à faire leur effet.

C'est au cours de l'été que j'ai mis en marche 226ERS dans un bureau d'un peu plus de 12 mètres carrés, dans mon sous-sol. 226ERS était né, avec ses 3 premières références.

L'année suivante, en 2011, j'ai obtenu, lors de l'Ironman® Nice, ma première classification pour le championnat du monde Ironman® à Kona. Un an plus tard, en 2012, j'ai obtenu un record de 8h51' au Challenge® Roth et j'ai gagné le championnat d'Europe de l'ETU longue distance (M35). En 2013, je répète mon record (8h51') et obtiens un chrono de 2h40' au cours du marathon de Séville. En 2014 et en 2016, je me classifie de nouveau pour le championnat du monde Ironman® de Kona. C'est déjà ma troisième participation au sein de la Mecque du triathlon.



Avec la croissance de la marque, nous prenons de plus en plus conscience que le sport et l'alimentation, base d'un bon état général et de bonnes performances physiques, sont nécessaires à un mental d'acier. Avec nos plus de 100 références, nous proposons aujourd'hui non seulement des produits en rapport direct avec l'activité physique, mais nous avons également des références destinées à d'autres moments de la journée, aux sportifs qui prennent soin de leur santé.

Nous cherchons, avec les mêmes règles et la même illusion qu'à nos débuts, à nous améliorer jour après jour. Nous utilisons des ingrédients présentant la meilleure qualité, nous choisissons la fabrication, nous prenons en compte toute contribution et toujours avec des produits naturels, en apportant une attention toute particulière à la bonne

digestion de ces derniers. Tout au long de notre parcours, déjà bien long, notre marque a gagné en nombre de références, mais aussi en popularité, ce qui nous a permis d'entrer sur les marchés internationaux.

Depuis nos débuts, nous sommes une marque créée par et pour les passionnés des sports de résistance. C'est ce rêve qui nous pousse à faire toujours mieux, à toujours chercher et proposer le meilleur de nous-mêmes.

**#FeedYourDreams**

Jesús Sánchez  
CEO & FOUNDER  
226ERS SPORTS THINGS

**BE  
GOOD  
TO YOU**

**NO PALM OIL**

**NO GMO**

**DOPING FREE**

# CONTENTS

---

## 14 CARBOHYDRATES

ISOTONIC DRINK  
ENERGY DRINK  
SUB9 ENERGY DRINK  
SUB9 RACE DAY

## 18 PROTEINES

WHEY PROTEIN  
ISOLATE PROTEIN DRINK  
VEGAN PROTEIN SHAKE  
KETO PROTEIN

## 22 RECOVERY

RECOVERY DRINK  
VEGAN RECOVERY DRINK  
NIGHT RECOVERY CREAM  
K-WEEKS IMMUNE

## 26 SALTS

CHEW SALTS  
HYDRAZERO  
SALTS ELECTROLYTES  
SUB9 SALTS ELECTROLYTES  
SUB9 PRO SALTS ELECTROLYTES

---

## 31 ENERGY GELS Y GUMMIES

BIO ENERGY GELS  
HIGH ENERGY GEL  
ISOTONIC GEL  
VEGAN GUMMY BAR  
SMART GEL MCT-C8

## 38 BARS

ENDURANCE FUEL BAR  
RACE DAY  
NEO BAR  
VEGAN PROTEIN BAR  
VEGAN OAT BAR

---

## **43** SUPPLEMENTS

ENERGY SHOT  
STAY IMMUNE  
PREWORKOUT  
BCAA  
CREATINE  
GLUTAMINE  
6.4 AMINO  
CAFFEINE EXPRESS  
OMEGA 3 FISH OIL  
OMEGA 3 VEGAN  
COLL·EG  
SYMBIOTIC COMPLEX  
VEGAN BETA ALANINE  
VEGAN FAT BURNER  
VEGAN MAGNESIUM BISGLYCINATE  
VEGAN VITAMIN +  
VITAMIN D3

---

## **62** HEALTHY FOOD

VEGGIE ENERGY CAKE  
VEGGIE PROTEIN PUDDING  
VEGGIE PROTEIN BROWNIE  
PEANUT BUTTER AND ALMOND  
BUTTER  
KETO BUTTERS  
SOLO COFFEE

## **68** MERCHANDISING

## **90** SHOP & EVENTS

# ISOTONIC DRINK

## FORMAT

1 Kg  
500g  
Unidose 50g  
(saveurs Lemon  
et Red Fruits)

## SAVEURS



VEGAN

Les sels minéraux et l'eau doivent être équilibrés pour obtenir des performances optimales :

- > Le manque d'eau entraîne une DÉSHYDRATATION.
- > Le manque de sels provoque une HYPONATRÉMIE.
- > La déshydratation comme l'hyponatrémie réduisent les performances et peuvent se révéler fatales.

Nous devons fournir du liquide et des sels au corps, cela ne vaut pas la peine de fournir uniquement de l'eau. Le manque de sels provoque :

- > Une baisse des performances.
- > Des crampes.
- > Une HYPONATRÉMIE dans les cas extrêmes.

ISOTONIC DRINK contient :

- > Un faible apport en calories, inférieur à 80 kcal / 500 ml.
- > **De l'amylopectine** comme source d'énergie :
  - Vidage gastrique jusqu'à 80 % plus rapide.
  - Renouvellement du glycogène jusqu'à 70 % plus rapide.
- > **Des sels minéraux** :
  - Garantir des niveaux adéquats pour une pratique sportive intense.
- > **Beta Alanina**: inhibiteur d'acide lactique qui retarde la fatigue.



Pour reconstituer les réserves en sels minéraux (500 ml pendant l'heure précédant l'exercice).



En tant qu'apport en sel, prenez 500 à 800 ml / heure.

CARBOHYDRATES

# ENERGY DRINK

## FORMAT

1 Kg  
500g  
Unidose 50g  
(saveur Lemon)

## SAVEURS



Produit essentiellement énergétique, indispensable aux entraînements intensifs, compétitions de longue durée ou pour augmenter les réserves de glucides avant une compétition.

Nous utilisons de l'énergie et des minéraux au cours de l'exercice en fonction de :

- > Facteurs environnementaux. Chaleur et humidité.
- > Facteurs physiologiques. Consommation énergétique et de minéraux.
- > Facteurs nutritionnels. Régime que nous suivons ou aliments que nous consommons.

ENERGY DRINK contient :

- > **De l'amylopectine**, comme source d'énergie :
  - Vidange gastrique jusqu'à 80 % plus rapide.
  - Renouvellement du glycogène jusqu'à 70 % plus rapide.
- > **De la taurine** pour son effet vasodilatateur :
  - Augmente le transport de l'oxygène vers le muscle.
  - Améliore le rendement.
- > **De la L-carnitine** qui active le métabolisme des lipides :
  - Préserve les réserves de glycogène.
  - Améliore l'efficacité énergétique.
- > **Un complexe vitaminé** : apport supplémentaire des principales vitamines.



Fonction préalable: renouvellement des réserves en glycogène (avant l'exercice).



Entraînements ou compétitions entre 90 minutes et 4 heures maximum (500 ml / heure).

sub9

# ENERGY DRINK



## FORMAT

1 Kg  
Unidose 50g  
(saveur Watermelon)

## SAVEURS



SUB 9 ENERGY DRINK. Produit énergétique spécialement indiqué pour les entraînements et les compétitions d'une durée de plus de 4 heures (par exemple, ultra-trails, triathlon longue distance, courses cyclistes sur route ou tout-terrain par étapes).

Ce produit innovant apporte suffisamment de glucides pour garantir l'énergie nécessaire à la pratique sportive, ainsi que des protéines à assimilation rapide et des BCAA 8.1.1. Il apporte en outre du sodium, le minéral le plus consommé par notre organisme au cours de l'exercice.

SUB9 - ENERGY DRINK contient:

- > **De l'amylopectine**, comme source d'énergie :
  - Vidange gastrique jusqu'à 80 % plus rapide.
  - Renouvellement du glycogène jusqu'à 70 % plus rapide.
- > **De l'isolat de protéines de lactosérum** : plusieurs recherches ont montré que la consommation d'un mélange de glucides à fort index glycémique comme l'amylopectine, associé à l'isolat de protéines de lactosérum, améliore le rendement lors de la pratique de sports de longue durée et prolonge l'effort jusqu'à l'épuisement.
- > **Des BCAA (8.1.1) + tyrosine**. En augmentant la consommation d'acides aminés ramifiés tels que la leucine (8.1.1) et en ajoutant de la tyrosine, on évite la réduction des précurseurs des neurotransmetteurs clés comme la dopamine.
- > **De la taurine + L-carnitine**. La taurine possède des propriétés antioxydantes et anti-inflammatoires, elle augmente l'oxydation des lipides en tant que substrat énergétique. Associée à la carnitine pour améliorer son transport vers la mitochondrie, elle favorise l'utilisation des matières grasses et conserve les réserves de glycogène, éléments clés pour les sports de longue durée. Toutes deux aident à améliorer la santé de la personne les consommant en agissant en parfaite synergie avec les autres nutriments.



Pour reconstituer les réserves en sels minéraux (500 ml pendant l'heure précédant l'exercice).



Entraînements ou compétitions de plus de 4 heures (500 ml / heure).

CARBOHYDRATES

## FORMAT

Unidose 87,5 g

## SAVEURS



**Sub9 Race Day** est actuellement la boisson sportive énergétique qui apporte le plus de glucides par prise. Pour pouvoir assimiler ses 82 g de glucides et ses 332 kcal, le projet a été d'obtenir une boisson à faible osmolarité utilisant comme composants principaux la **cyclodextrine** et la **Palatinose**, des glucides de dernière génération qui améliorent le réapprovisionnement du glycogène.

Elle apporte pratiquement **1 g de BCAA** avec un rapport 8 : 1 : 1, avec un supplément de leucine par prise. La combinaison de ces acides aminés essentiels est parfaite pour les sports de résistance.

Elle contient 230 mg de L-carnitine provenant de la L-carnitine L-tartrate qui est une forme stabilisée de la L-carnitine. Elle possède une vitesse d'absorption légèrement supérieure à d'autres formes de L-carnitine.

> Elle aide à transporter les acides gras à longue chaîne vers les mitochondries cellulaires, en augmentant l'apport en énergie jusqu'aux muscles et en favorisant un flux sanguin local plus important.

> Augmente la production de cétones qui empêchent le catabolisme protéique.

> Permet de moins dépenser de glucose et de glycogène musculaire, en améliorant ainsi la performance, la récupération et en réduisant les dommages du tissu musculaire.

Elle 460 mg de sodium provenant de l'utilisation du sel marin. À températures et humidité élevées, il est possible de prendre un supplément à base de sodium de préférence sous forme de gélules, à raison de 1 g de sodium par litre d'eau.

Pour sa préparation, ajouter un peu d'eau dans la gourde, y dissoudre la poudre du sachet, fortement agiter et remplir d'eau au maximum.



Pour reconstituer les réserves en sels minéraux (500 ml pendant l'heure précédant l'exercice).



En entraînement ou en compétition à partir de 500 ml / heure.

# WHEY PROTEIN

FORMAT

1 Kg

SAVEURS



La Whey Protein est une protéine de haute valeur biologique, car elle fournit tous les acides aminés essentiels nécessaires à la croissance et au maintien des fonctions physiologiques.

La principale différence entre les protéines concentrées et les protéines communes apportées par des aliments tels que la viande ou le poisson réside dans une meilleure absorption, qui est également plus rapide, avec l'apport de tous les nutriments nécessaires aux muscles. Ces protéines sont donc idéales pour les sportifs réalisant d'importants efforts musculaires. À la fin d'un entraînement d'intensité, le muscle absorbe une plus grande quantité de protéines afin d'être réparé selon le concept de la « fenêtre métabolique » ; cela permet de favoriser la récupération musculaire, car les petits dommages musculaires sont réparés pour poursuivre l'entraînement les jours suivants..

Avec environ 115 kcal par portion et 23 g de protéines, dont 25 % de BCAA, nous avons fait de Whey Protein un shake protéiné pauvre en glucides et en sucres, et édulcoré à la stevia, ce qui contribue à :

Disponible en format doypack de 1 kg et dans 3 goûts différents :

- > D'augmenter la masse musculaire.
- > De conserver la masse musculaire.
- > De maintenir les os en bonne condition.
  
- > **Blend Chocolate**, goût chocolat avec cacao en poudre.
- > **Vanilla Custard**, goût vanille avec une pointe de cannelle.
- > **Pineapple**, goût « piña colada ».



Juste avant ou après une séance d'entraînement.

En complément d'un régime amaigrissant ou riche en protéines.

PROTEINS

# ISOLATE PROTEIN DRINK



**FORMAT**

1 Kg

**SAVEURS**



ISOLATE est un isolat de protéines de lactosérum ultrafiltré, il maintient donc les caractéristiques biologiques des peptides de lactosérum. Ainsi, nous obtenons un aliment à haute teneur en protéines, faible en gras et très faible en sucres, ce qui en fait une option parfaite pour les sportifs.

Ce produit nous permet d'atteindre un apport protéique adéquat, avant l'exercice, car l'absorption des acides aminés par le muscle est proportionnelle au transport, et la proportion du flux sanguin vers les muscles augmente lors de l'effort physique.

On sait que :

- > L'Isolate convient parfaitement aux entraînements avec surcharge.
- > Elle permet d'obtenir les apports protéiques minimum lors de régimes amincissants..
- > Avec de la stévia pour seul édulcorant. Complètement naturelle et 90 calories par ration.
- > Cette protéine est rapidement assimilée, accélère la récupération et réduit la fatigue.



Juste avant ou après une séance d'entraînement.

En complément d'un régime amaigrissant ou riche en protéines.

# VEGAN PROTEIN

FORMAT

700 Kg

SAVEURS



Le Vegan Protein a été pensé pour tous ceux qui privilégient une alimentation saine, équilibrée et durable, en tirant profit de tous les bienfaits de ses ingrédients.

Il s'agit d'un produit apte pour les végétariens, avec 70 % de protéines (21 g de protéines par ration). Avec à peine plus de 100 calories, faible en matières grasses et sans sucres ajoutés, car c'est la stévia qui lui donne son goût sucré. Son apport en sucre par ration est inférieur à 0,5 g. Il s'agit donc de l'aliment idéal à prendre à n'importe quel moment de la journée. Il permet d'augmenter la consommation de protéines végétales de manière saine.

Le Vegan Protein contient deux protéines végétales de haute qualité :

- > La protéine de **petits pois** avec une forte teneur en acides aminés essentiels et non essentiels. C'est la source naturelle connue la plus riche en arginine, qui joue un rôle non négligeable dans la réparation et la croissance du tissu musculaire. La protéine de petits pois apporte une biodisponibilité et une digestibilité élevées, elle optimise la formation des tissus et tonifie les muscles.
- > La **protéine de riz** apporte un grand nombre de nutriments et est faible en calories. Elle évite que les acides gras soient stockés en activant la lipase dans le foie et sur la paroi des vaisseaux sanguins.

Nous avons élaboré le Vegan Protein avec des superaliments qui le rendent encore plus complet :

- > Le moringa, également appelé arbre de vie en raison de ses vertus médicinales, est riche en antioxydants et chlorophylle.
- > La lucuma est un fruit originaire des Andes. Il se caractérise par sa forte teneur en vitamines B1, B2, bêta-carotène et phosphore, des éléments essentiels pour lutter contre la fatigue et fortement recommandés pour renforcer le système immunitaire.
- > Les graines de lin sont riches en acides gras oméga 3, en lignanes (antioxydants), en vitamines et en fibres.
- > Les graines de chia représentent une source importante de vitamines, de minéraux, de fibres et d'acides gras oméga 3 qui aident à brûler les graisses et à réguler le poids.

Disponible en trois saveurs: **cacao, fruits rouges** et **vanille**.



---

Il peut être préparé avec de l'eau ou une boisson végétale. Il peut même être combiné avec certains fruits et fruits secs pour adapter la consommation aux besoins de chacun, en y incorporant de la sorte plus de vitamines, minéraux ou glucides.

---

PROTEINS

# KETO PROTEIN



## FORMAT

500 g

## SAVEURS



**Keto Protein** est un milkshake protéiné, parfaitement adapté aux régimes cétogènes, formulé avec 30 - 35 % de lipides, 35 % de protéines et seulement 2,4 g de glucides nets par ration, et moins de 1 g de sucre.

La formule de **Keto Protein** permet de conserver des taux faibles de glycémie et d'insuline dans le sang. L'organisme peut donc utiliser facilement les lipides stockés comme source d'énergie et est maintenu plus longtemps en état de cétose.

Grâce à son profil nutritionnel, **Keto Protein** est un milkshake rassasiant qui booste la flexibilité métabolique en raison de sa forte teneur en lipides et de son faible apport en glucides. Résultat : meilleure clarté mentale et meilleure digestion. Plus besoin de dépendre des glucides et adieu aux pics d'insuline qui en découlent.

Keto Protein se compose des éléments suivants :

- > 10 g de MCT, issus de la noix de coco, par ration qui apportent des acides gras de qualité supérieure afin de ne pas avoir recours aux réserves de glycogène aussi bien pendant l'effort qu'au cours de la journée. Ils fournissent de l'énergie en continu en cas d'effort prolongé et aident à réduire l'accumulation de lactate.
- > Concentré de protéines de lactosérum de haute qualité pour une assimilation et une digestion optimales. Il permet en outre de conserver la masse musculaire et de maintenir les os en bonne santé.
- > Graines de lin bio avec une forte teneur en acides gras oméga 3, lignages (antioxydants), vitamines et fibres.
- > Arômes naturels n'interférant pas dans l'assimilation des nutriments et qui apportent des goûts naturels.

Disponible en doypack de 500 g et dans deux goûts différents :

- > **Chocolat**
- > **Yogurt lemon**



Il est parfait à prendre au moment de rompre votre jeûne, pendant l'entraînement pour un regain d'énergie Keto ou à tout moment de la journée soit dans un repas principal ou entre les repas comme un shake sain.

# RECOVERY DRINK



## FORMAT

1 Kg  
500 g  
Unidose 500 g  
(saveurs Strawberry,  
chocolate et vanilla)

## SAVEURS



Après l'exercice, il est essentiel de récupérer le plus tôt possible pour assimiler l'entraînement et avoir le jour suivant un rendement à 100 %.

La Recovery Drink aide à:

- > Reconstituer les réserves de glycogène à l'aide de glucides de qualité.
- > Protéger et reconstituer les muscles après l'exercice grâce aux protéines et acides aminés.

Il fournit un rapport approximatif de 1: 1 de protéines aux glucides, une grande quantité de protéines pour être un récupérateur, mais il est formulé de cette façon car après l'entraînement, il est courant de manger des aliments riches en glucides tels que les fruits, les flocons d'avoine, les barres énergétiques... Et l'apport en protéines, indispensable à la récupération musculaire, est négligé.

Elle apporte en outre:

- > **L-Arginine AKG (250 mg per ration):** C'est l'acide aminé précurseur de l'oxyde nitrique et contribue à une meilleure dilatation endothéliale des parois des vaisseaux sanguins, augmentant ainsi le flux sanguin et la quantité d'oxyde nitrique dans le sang. Il est également nécessaire à la synthèse des protéines dans les tissus de l'organisme, ce qui favorise la réparation des tissus.
- > **Creatine (1500 mg par ration).**
- > **Triglycérides à chaîne moyenne (500 mg per ration):** Ils apportent des acides gras de qualité supérieure afin de ne pas recourir aux réserves de glycogène lors de l'exercice physique. Fournit une énergie continue lors d'exercices prolongés et aide à réduire l'accumulation de lactate.
- > **Lin doré:** à haute teneur en acides gras oméga 3, lignanes (antioxydants), vitamines et fibres.



0 ' -30 ' juste après un entraînement ou une compétition (250 - 500 ml).

RECOVERY

# VEGAN RECOVERY DRINK

## FORMAT

500g  
1 Kg

## SAVEURS



Après l'exercice, il est essentiel de récupérer le plus tôt possible pour assimiler l'entraînement et avoir le jour suivant un rendement à 100 %.

La Recovery Drink aide à:

- > Reconstituer les réserves de glycogène à l'aide de glucides de qualité.
- > Protéger et reconstituer les muscles après l'exercice grâce aux protéines et acides aminés.

Elle offre un rapport protéines/glucides d'environ 1:1, ce qui représente une quantité élevée de protéines pour un agent récupérateur. Mais il a été formulé ainsi car, après l'effort, il est fréquent de consommer des aliments riches en glucides, comme des fruits, de l'avoine, des barres énergétiques, etc. Et l'on néglige par la même occasion l'apport en protéines qui est essentiel à la récupération musculaire.

La Vegan Recovery Drink apporte en outre:

- > **L-Arginine AKG (250 mg per ration):** C'est l'acide aminé précurseur de l'oxyde nitrique et contribue à une meilleure dilatation endothéliale des parois des vaisseaux sanguins, augmentant ainsi le flux sanguin et la quantité d'oxyde nitrique dans le sang. Il est également nécessaire à la synthèse des protéines dans les tissus de l'organisme, ce qui favorise la réparation des tissus.
- > **Creatine (1500 mg par ration).**
- > **Triglycérides à chaîne moyenne (500 mg per ration):** Ils apportent des acides gras de qualité supérieure afin de ne pas recourir aux réserves de glycogène lors de l'exercice physique. Fournit une énergie continue lors d'exercices prolongés et aide à réduire l'accumulation de lactate.

Disponible dans deux goûts et dans deux formats :

- > **Vainilla Custard**, avec le vrai goût vanille-cannelle caractéristique des crèmes dessert.
- > **Cocoa Caramel**, au délicieux goût chocolat avec sa petite note de caramel.



0 ' -30 ' juste après un entraînement ou une compétition (250 - 500 ml).

RECOVERY

# NIGHT RECOVERY CREAM



## FORMAT

500g  
1 Kg

## SAVEURS



Crème de récupération type custard ou yaourt à prendre à la cuillère.

À prendre rendre le soir avant **d'aller dormir** :

- > Pour améliorer la récupération les jours les plus intenses.
- > Pour obtenir un rendement à 100 % lors de compétitions rigoureuses par étapes.
- > Pour récupérer jour après jour pendant les périodes de forte sollicitation.
- > À prendre la nuit avant une compétition.

Elle fournit, entre autres:

- > **Du caséinate de calcium.** Il ralentit le métabolisme des acides aminés et prolonge ainsi la synthèse des protéines, favorise la croissance musculaire et renforce les os.
- > **Du colostrum.** Il fournit des acides aminés comportant de l'albumine qui est essentielle au métabolisme cellulaire et à la régénération des cellules ainsi que des immunoglobulines qui sont des anticorps qui jouent un rôle primordial dans la protection et la prévention face aux infections pouvant attaquer l'organisme.
- > **De la L-glutamine.** Pour réparer les fibres musculaires et favoriser la synthèse des protéines. Elle a également un effet tampon vis-à-vis de l'acide lactique, puisqu'elle en réduit les effets.
- > **Du L-tryptophane.** Essentiel pour promouvoir la libération de la sérotonine, un neurotransmetteur qui intervient dans la régulation du sommeil et du plaisir. Il permet de réguler l'anxiété, l'insomnie et le stress.
- > **De l'amylopectine.** En tant que glucide, elle permet de diminuer la sécrétion de l'insuline et d'améliorer l'absorption des protéines.

Préparation

- > Mettez 2 doses de produit (2x12,5 g) dans un bol (ration standard). Versez l'eau ou le lait petit à petit (environ 100 ml).
- > Remuez avec une cuillère jusqu'à ce que vous obteniez la texture souhaitée.
- > Le produit va s'épaissir au fur et à mesure que vous le mélangez.



La nuit, avant de dormir, les jours d'entraînement intensif, les périodes de forte sollicitation, la nuit avant la compétition ou après la compétition.

RECOVERY

# K-WEEKS IMMUNE



## FORMAT

1 Kg  
500 g

## SAVEURS



megaflora<sup>9</sup>  
evo

Le système immunitaire est l'ensemble des cellules, tissus et organes qui servent de défenses naturelles de l'organisme face à diverses infections (virus, bactéries). Il est chargé de protéger notre organisme contre d'éventuelles maladies en combattant les germes qui en sont à l'origine.

En raison d'une mauvaise alimentation, de situations de stress et d'anxiété, de périodes d'entraînement compliquées, etc., nos défenses s'affaiblissent et n'exercent pas correctement leurs fonctions.

De nombreuses méthodes naturelles peuvent nous aider à renforcer nos défenses et à éviter de la sorte la survenue de certaines maladies ou de certains signes d'affaiblissement.

Grâce à ses 23 g de protéines de lactosérum de haute qualité et à forte valeur biologique, elle permet d'augmenter et de conserver la masse musculaire, sans oublier les autres ingrédients fonctionnels qui la composent :

Entre autres:

- > **Megaflora 9 evo:** composé d'un mélange de prébiotiques de haute qualité (minéraux et protéines végétales) et de 9 souches de probiotiques spécifiques, appartenant à des espèces différentes dans une concentration de 2 milliards d'UFC/g. Il contient des bactéries vivantes, viables et actives avec un taux de survie gastro-intestinal élevé.
- > **Hydrolysat de collagène:** il réduit les douleurs articulaires ainsi que l'inflammation des articulations.
- > **Colostrum:** il agit sur le métabolisme cellulaire et le métabolisme des cartilages, tendons et articulations tout en renforçant le système immunitaire.
- > **Camomille:** il s'agit d'un anti-inflammatoire, favorise la digestion.
- > **Gelée royale:** il s'agit d'un véritable booster, stimule les défenses naturelles de l'organisme.
- > **Échinacée:** elle a une fonction antimicrobienne, antivirale, anti-inflammatoire et antioxydante.

K-Weeks Immune est disponible dans 3 goûts: **Chocolat**, **Cappuccino** et **Biscuit**.



AFTER  
**WAKE UP**

À boire au petit-déjeuner ou en début de journée.

RECOVERY

# CHEW SALTS

FORMAT

13 Comprimés

SAVEURS



Disponible uniquement en ligne

Les électrolytes présents dans le sang ainsi que dans d'autres fluides corporels et leur équilibre extracellulaire et intracellulaire sont particulièrement importants pour notre santé et notre bien-être ; ils remplissent d'ailleurs des fonctions essentielles:

- > Ils régulent la quantité d'eau présente dans le corps.
- > Ils sont indispensables au bon fonctionnement des muscles.
- > Ils régulent le pH du sang.
- > Ils régulent les fonctions nerveuses de l'organisme.

Lors de la pratique d'un sport, nous perdons des électrolytes, lesquels sont associés à la fonction musculaire. Un manque d'électrolytes peut entraîner une faiblesse et une fatigue musculaires, des crampes, des spasmes musculaires et même des nausées.

Les Chew Salts offrent un apport en sodium, magnésium, potassium et calcium :

- > **Sodium:** il s'agit du sel minéral qui se perd le plus lors de la pratique d'un sport, via la transpiration (sueur). Il est donc indispensable de le renouveler pour éviter la déshydratation et ses conséquences.
- > **Magnésium:** il permet de lutter contre la fatigue et le surmenage. Le magnésium permet d'avoir un bon métabolisme énergétique. Il contribue également à l'équilibre des électrolytes, au bon fonctionnement du système nerveux et des muscles.
- > **Potassium:** il contribue au bon fonctionnement des muscles et du système nerveux et permet de maintenir une tension artérielle normale.
- > **Calcium:** il contribue au bon fonctionnement des muscles et sert à garder des os en bonne santé.

C'est pourquoi les Chew Salts sont indispensables au renouvellement des électrolytes pendant l'effort. Leur format en tube permet de les transporter facilement. Leur formule à croquer est idéale et permet de les prendre sans problème pendant les entraînements et les compétitions.



Avant l'exercice comme source d'hydratation.



Pendant la séance d'entraînement, sous forme d'apport en sels minéraux.



Après l'exercice comme source d'hydratation.

SALTS

# HYDRAZERO

## FORMAT

Unidose 7,5g  
Boîte en plastique 225g  
Boîte 14 unidose

## SAVEURS



PALEO



LACTOSE FREE



VEGAN

Hydrazero est une boisson contenant les sels minéraux indispensables lors de l'exercice. Il faut en effet renouveler les électrolytes perdus pour un rendement satisfaisant, non seulement lors des compétitions mais aussi des entraînements.

Chaque prise d'Hydrazero apporte:

- > 500 mg de sodium, ce qui permet d'améliorer l'hydratation et offre un meilleur équilibre des fluides corporels..

S'agissant d'une **boisson hypotonique**, son osmolarité est inférieure à celle du plasma, ce qui favorise l'hydratation intracellulaire. Grâce à ce type de boisson, le risque de troubles digestifs s'en trouve également diminué.

Sa recette comprend de la **stévia**. Résultat: 0 sucre. Nous faisons le plein d'électrolytes sans apporter de calories.

Dans trois goûts rafraîchissants: citron, tropical et fraise acidulée. Vous pourrez ainsi vous hydrater en prenant une boisson aux goûts savoureux.

Préparez votre Hydrazero et prenez-la pendant votre séance d'entraînement. Vous pouvez également la préparer pour vous hydrater avant l'entraînement et pour reconstituer les réserves d'électrolytes après la séance.

Vous pouvez utiliser un bidon de 500 ml ou de 1l; les caractéristiques ne seront aucunement modifiées. La boisson sera toujours hypotonique et apportera la même quantité de sels. Seul le goût sera plus ou moins intensifié en fonction de la proportion d'eau.



Avant l'exercice comme source d'hydratation.



Pendant la séance d'entraînement, sous forme d'apport en sels minéraux.



Après l'exercice comme source d'hydratation.

# SALTS ELECTROLYTES

## FORMAT

Boîte 100 gélules

## SAVEURS



VEGAN

Disponible uniquement en ligne

Le niveau en sels minéraux présents dans l'organisme est essentiel pour un rendement optimal:

- > Les sels minéraux contribuent à réhydrater l'organisme.
- > Ils permettent de réguler les contractions musculaires.

Le sodium est le sel minéral le plus utilisé par notre organisme pendant l'exercice:

- > Le sodium et le potassium permettent de réguler les contractions musculaires.
- > Le manque d'un de ces deux sels peut provoquer des crampes musculaires.
- > Le sodium permet d'améliorer l'absorption de l'eau.

Par ailleurs, le calcium:

- > Réduit l'acidité de l'organisme.
- > Neutralise l'acide lactique.
- > Retarde l'apparition de la fatigue.

Grâce aux gélules SALTS:

- > Nous garantissons un niveau approprié en sels minéraux.
- > En cas de séances d'exercices prolongées :
  - Dites stop aux crampes musculaires.
- > En cas de séances d'exercices à haute intensité :
  - Retardement de l'apparition de la fatigue.

De plus, ce produit:

- > Apporte zéro calorie.
- > Garantit un rendement élevé avec un niveau de sels minéraux adapté.



Prendre 1 gélule 30' avant l'effort.



Et 1 gélule toutes les 30' - 60' (minutes) pendant l'effort, avec au moins un verre d'eau pendant la prise (150ml).



Prendre 1 gélule 30' (minutes) après l'effort.

SALTS

# sub9 SALTS ELECTROLYTES

## FORMAT

Bote 100 gélules  
Une seule dose

## SAVEURS



Prendre 1 gélule 30 minutes avant avant l'exercice.



1 gélule toutes les 30 - 60 minutes pendant l'exercice, avec au moins un verre d'eau à chaque fois.



1 gélule pour accélérer la récupération.

Les SUB9 SALTS sont une évolution des SALTS ELECTROLYTES. Ils doivent être consommés régulièrement au cours d'exercices plus intensifs.

Quant aux minéraux, la quantité de sodium est passée à 250 mg. Ils contiennent également du magnésium, du potassium et du calcium.

sub9

# PRO SALTS ELECTROLYTES

## FORMAT

Boîte 100 gélules  
Une seule dose

## SAVEURS



Disponible uniquement en ligne

Ces gélules servent à reconstituer les électrolytes perdus au cours de l'exercice et de l'effort physique avec un apport supplémentaire en caféine (40 mg/gélule) pour tous ceux qui cherchent à augmenter leur rendement.

Elles nous aident à éviter la déshydratation et, par conséquent, les crampes et les lésions.

Les SUB9 PRO SALTS ELECTROLYTES apportent une teneur appropriée en sels minéraux, pour remplacer ceux perdus en transpirant au cours de l'exercice et de la compétition, en réhydratant notre organisme pour son bon fonctionnement.

Chaque gélule apporte exactement :

- > 250 mg de sodium
- > 54 mg de potassium
- > 2,5 mg de calcium
- > 34,6 mg de magnésium

Avec un apport en vitamine D, qui contribue à l'absorption et à l'utilisation du calcium, et en vitamine B6, qui est essentielle au bon fonctionnement des enzymes en vue de faciliter le métabolisme des protéines.

La caféine permet principalement ce qui suit :

- > Augmenter l'état d'alerte.
- > Réduire la fatigue.
- > Stimuler la mobilisation des graisses en augmentant ainsi la disponibilité de combustible pour le travail musculaire, en économisant les réserves de glycogène.

Ces électrolytes sont particulièrement simples à avaler grâce à leur présentation en gélule et à digérer grâce à leurs ingrédients de haute qualité, sans gluten et aptes pour les véganes.



30 minutes avant l'exercice, prendre 1 gélule pour atteindre un bon niveau de sels.



1 gélule toutes les 30 - 60 minutes pendant l'exercice, avec au moins un verre d'eau pendant la prise (150 ml).

# BIO ENERGY GELS

## FORMAT

Tube 25g  
Stick 40g  
Stick 25g

## SAVEURS



VEGAN



Caramel:

No Vegan  
No Paleo  
No Lactose free

Il existe des situations d'exigence physique extrême où un produit en gel est essentiel pour :

- > Sa facilité de transport.
- > Sa facilité d'emploi.
- > Son énergie disponible maximale et fortement concentrée.

Avec des ingrédients BIO:

- > Les fruits, la caféine et les sirops de glucides complexes et simples utilisés sont issus de l'agriculture biologique, ainsi que les arômes utilisés, obtenant ainsi une meilleure saveur et une meilleure assimilation en éliminant les substances chimiques qui entravent les différents processus métaboliques.
- > Différentes options : sans caféine, avec caféine et supplément de sodium.

En fonction de vos besoins, vous pouvez opter pour différentes quantités de caféine (de 25 mg à 160 mg):

- > Préserve les réserves de glycogène.
- > Mobilise les acides gras.
- > Pendant le travail aérobic, il ralentit le temps d'épuisement.
- > Pendant le travail aérobic, il retarde le temps d'épuisement.
- > Il provoque une augmentation de la force de contraction musculaire.



Prendre 1 gel toutes les 20 - 60 minutes (selon le gel que vous prenez) accompagné d'eau.

ENERGY GELS & GUMMIES

**SI VOUS  
CONNAISSEZ LE  
CHEMIN, C'EST  
QUE VOUS  
N'ÊTES JAMAIS  
ALLÉ AU BOUT  
DE VOS LIMITES**



226ERS  
FEED YOUR DREAMS

MONICA P...

broon

MORCOAS  
ENSA  
LASERCA

momentum  
ask force

HORTIC  
GALEGA

Valero

# HIGH ENERGY GEL

FORMAT

76 g

SAVEURS



Gel énergétique à la cyclodextrine, aux arômes naturels et avec un apport élevé en glucides, 200 Kcal par gel. Dans neuf goûts différents, aux diverses propriétés et caractéristiques.

Gel énergétique avec cyclodextrine, un glucide de toute dernière génération qui permet de renouveler le glycogène bien plus efficacement.

- > Ce gel permet d'obtenir une énergie en libération prolongée, parfaite pendant et après l'exercice.
- > Il y a moins de pics d'insuline, ce qui favorise l'utilisation du glucose pour les processus cellulaires sur une durée plus courte, tout en conservant le taux de glycémie plus longtemps.
- > Vidange gastrique rapide grâce à un poids moléculaire important et une faible osmolarité, ce qui favorise la digestion et réduit les effets secondaires gastro-intestinaux.
- > N'empêche pas la combustion des graisses.

Sous forme de stick de 76 g, de 200 kcal, chaque gel contient 50 g de glucides au rapport 1 :1 pour les glucides simples et complexes.

Les arômes utilisés sont des arômes naturels, pour un goût vraiment très bon:

- > Formule de base: **Lemon, Banane et Neutro** (sans saveur).
- > BCAA: contient 1 g de BCAA dans un rapport 8:1:1:

**Blackcurrant et Orange.**

> Caféine: **Cherry:** avec (160 mg de caféine), et **Espresso coffee:** avec 80 mg de caféine.

> Salty: elles contiennent 250 mg de sodium et une pointe de sel: **Strawberry et Peanut & Honey.**



Vous pouvez consommer jusqu'à 2 sticks par heure pendant l'exercice avec 500 ml d'eau au besoin. Restez toujours hydraté.

ENERGY GELS & GUMMIES

# ISOTONIC GEL

FORMAT

68 g

SAVEURS



L'isotonic gel est un gel énergétique où la principale source de glucides est la cyclodextrine, un glucide de toute dernière génération qui permet de renouveler le glycogène bien plus efficacement.

- > Ce gel permet d'obtenir une énergie en libération prolongée, parfaite pendant et après l'exercice.
- > Le nombre de pics d'insuline est plus faible, ce qui favorise l'utilisation du glucose pour les processus cellulaires sur une durée plus courte, tout en conservant le taux de glycémie plus longtemps.
- > Vidange gastrique rapide grâce à un poids moléculaire important et une faible osmolarité, ce qui favorise la digestion et réduit les effets secondaires gastrointestinaux.
- > N'empêche pas la combustion des graisses.

Sa principale caractéristique est qu'il n'a pas besoin d'eau pour être pris, car le gel contient la quantité nécessaire à sa consommation.

Sous forme de stick de 68 g, il apporte 89 kcal, contient 22 g de glucides par gel dont la quasi-totalité représente des glucides complexes, et avec seulement 1,4 g de sucre.

Formulé avec des arômes naturels pour une meilleure assimilation et des saveurs très naturelles, le Gel Isotonique se décline en une large gamme de variétés et de saveurs:

Les arômes utilisés sont naturels, obtenant de très bonnes saveurs:

- > Formula base: **Lime** et **Watermelon**. sans caféine
- > **Cola**: avec 100 mg de caféine.
- > ICE: Ils contiennent du menthol, précurseur de la sensation de froid : **Menthe** et **Myrtille Menthe**.

L'administration orale de menthol stimule les nerfs palatin et trijumeau, améliorant le confort thermique car il réduit la sensation d'étouffement et provoque une sensation de bien-être, ainsi que de fraîcheur pendant la respiration. Tous ces ajustements dans la perception de la température améliorent les performances.



AVANT PENDANT APRES

**Formula base & ICE:** Consommez 3 sticks toutes les 60 minutes pendant l'exercice. Il n'a pas besoin d'être consommé avec de l'eau.

**Cola:** Consommez 1 bâton toutes les 60 minutes pendant l'exercice. Il n'a pas besoin d'être consommé avec de l'eau.

# VEGAN GUMMY BAR

## FORMAT

30 g

## SAVEURS



Les Vegan Gummy Bar sont une source de glucides. La consommation de glucides contribue à maintenir le glucose dans le sang, en fournissant de l'énergie à notre corps et en conservant un rendement physique élevé.

Il s'agit de barres de 30 g à la texture gélatineuse, ce qui les rend parfaites pour les entraînements comme pour les compétitions. Avantages :

> Très agréables à prendre grâce à leur texture, elles sont faciles à mâcher et digérer.

> Faciles à transporter. Format de 30 g en une seule pièce qui nous fournit à peu près la même énergie qu'un gel.

> Mélange de glucides qui nous fournissent de l'énergie. Les principaux ingrédients étant écologiques, comme le sucre roux et le sirop de riz, l'énergie obtenue est de grande qualité, tout en garantissant une meilleure assimilation des glucides.

Disponible en 3 variétés et 5 saveurs différentes:

### sub9

**BCAA - MANGO:** avec un goût de fruit très agréable et un apport de BCAA (rapport 8 :1 :1), tyrosine et taurine et 60 mg de sodium.

### CAFFEINE

**CHERRY-COLA:** goût cerise et cola, avec un apport de caféine et de taurine, pour tous ceux qui veulent un plus d'activité.

### ELECTROLYTES

**ORANGE:** un arôme naturel et du sel de mer ont été utilisés, sans aucun colorant.

**LIME:** formulé avec du sel de mer et un colorant chlorophylle.

### STRAWBERRY

Avec un apport en sodium de 125 mg par barre.



Prendre 1 unité tous les 30 - 45 minutes pendant l'exercice avec 200 ml d'eau.

Elles sont idéales pour ceux qui ont besoin d'énergie à la fois à l'entraînement et en compétition et qui préfèrent ne pas utiliser le format gel.

ENERGY GELS & GUMMIES

# SMART FUEL MCT-C8

FORMAT

25 g

SAVEURS



37

SMART FUEL MCT C8 est un gel énergétique à la texture crémeuse, formulé à base de crèmes de fruits secs avec un apport de 120 kcal par gel. Il se distingue par sa haute teneur en lipides.

Est-il se compose principalement de palatinose, de MCT C8 et de L-carnitine :

> **5 g de palatinose** par gel: ce gel permet d'obtenir une énergie en libération prolongée, parfaite pendant et après l'effort. Il entraîne moins de pics d'insuline, ce qui favorise l'utilisation du glucose pour les processus cellulaires sur une durée plus courte, tout en conservant le taux de glycémie plus longtemps. Il offre une vidange gastrique rapide, ce qui favorise la digestion et réduit les troubles gastro-intestinaux.

> Grâce à ses **4 g de MCT C8** par gel, issus de la NOIX DE COCO, ce gel apporte des acides gras de qualité supérieure afin de ne pas avoir recours aux réserves de glycogène pendant l'effort. Il apporte de l'énergie en continu en cas d'effort prolongé et aide à réduire l'accumulation de lactate.

> **300 mg de L-carnitine** par gel: L-carnitine aide à transporter les acides gras à longue chaîne vers les mitochondries cellulaires, en augmentant l'approvisionnement énergétique à destination du muscle et en renforçant le flux sanguin dans cette zone. Elle augmente la production de cétones qui empêchent le catabolisme protéique. Elle économise le glucose et le glycogène musculaire. Résultat: meilleur rendement, récupération accélérée et moins de dommages du tissu musculaire.

Disponible dans deux goûts, sucré uniquement avec du sirop de riz, sans sucres ni édulcorants ajoutés.

> **Hazelnut** : goût noisette naturelle grâce à la crème de noisettes grillées.

> **Almond & Banana**: goût amande-banane, avec crème d'amandes grillées et purée de banane.



Prendre 1 à 2 unités par heure lors d'exercices prolongés.

ENERGY GELS & GUMMIES

# ENDURANCE FUEL BAR

FORMAT

60 g

SAVEURS



No Vegan  
WHITE CHOCO  
& STRAWBERRY

226ERS Endurance Fuel Bar, ce sont des barres énergétiques sans gluten, sans lactose et aptes pour les véganes. Elles ne comportent ni sucres, ni sirops, ni arômes ajoutés, ce qui permet de mieux assimiler les glucides.

Elles ne contiennent que des ingrédients naturels tels que la figue ou les amandes, sans oublier des ingrédients bios comme la datte et les raisins secs. Aucun sucre, ni sirop ni arôme n'ont été utilisés, les goûts étant obtenus naturellement à l'aide de fruits, d'épices, de cacao, etc.

Chaque barre de 60 g apporte plus de 200 kcal ainsi qu'environ 35 g de glucides faciles à assimiler sous leur forme naturelle.

Elles peuvent parfaitement être consommées pendant l'entraînement, les compétitions ou entre les repas pour apporter l'énergie nécessaire avant un effort.

Disponibles dans deux références avec trois goûts chacune :



## CHOCO BITS:

- > **White Choco Bits Strawberry:** avec pépites de chocolat blanc et fraise en poudre (en raison de la teneur en lait des pépites de chocolat blanc, ce goût n'est pas apte pour les véganes ni pour les personnes intolérantes au lactose).
- > **Coffee & Cocoa:** avec pépites de chocolat noir bio et café.
- > **Citric Lemon:** avec zestes de citron et citron en poudre.

**BCAA:** formulées avec des BCAA dans un rapport de 8:1:1 (L-leucine, L-valine, L-isoleucine).

- > **Dark Chocolate:** avec cacao en poudre et éclats de fève de cacao crue.
- > **Apple & Cinnamon:** avec pomme en poudre, pomme coupée déshydratée et cannelle bio.
- > **Banana & Ginger:** avec banane en poudre et gingembre bio.



Avant de faire de l'exercice, comme collation entre les repas ou en supplément énergétique avant de pratiquer une activité physique.



Pour un gain d'énergie pendant l'entraînement.



Pour reconstituer les réserves de glycogène et améliorer la récupération.

BARS

# RACE DAY BAR

## FORMAT

40 g

## SAVEURS



No Vegan/No lactose free  
WHITE CHOCO  
& STRAWBERRY

Barre énergétique de 40 g parfaite à prendre lors des entraînements et des compétitions car elles sont faciles à mâcher en texture et ont des saveurs très agréables. Les Race Day sont une évolution des Endurance Fuel Bar; elles sont plus fines, plus faciles à transporter et à mâcher.

Les principales caractéristiques de cette barre sont les suivantes :

- > Petites dimensions et poids de 40 g.
- > La teneur en figue a été augmentée et celle de la datte a été réduite, l'index glycémique est ainsi contrôlé. Ces barres fournissent donc de l'énergie, tout en réduisant les pics d'insuline.
- > Une barre représente 124 kcal et entre 21 et 25 g de glucides en fonction du parfum.
- > Les fruits secs ont été retirés pour en faciliter la consommation et la digestion.
- > Ces barres contiennent des graines de potiron qui donnent une texture consistante et apportent des graisses et des protéines saines.
- > Avec des ingrédients bios tels que des graines de potiron, de l'huile de tournesol et des raisins secs.
- > Un complexe de 10 vitamines représentant 50 % des VNR a été ajouté.

Disponible en 3 variétés et 9 saveurs différentes:

**BCAA** dans un rapport 8: 1: 1 (Leucine +):

- > **Dark chocolate**
- > **Apple & Cinnamon**
- > **Banana & Ginger**

**CHOCO BITS:**

- > **Citric Lemon**
- > **Coffee & Cocoa**
- > **Strawberry**

**SALTY TRAIL:**

- > **Italian taste**
- > **Peanuts**
- > **Almonds & Seeds**



Avant l'effort, comme collation entre les repas ou apport énergétique supplémentaire avant une activité physique.

Pour un apport d'énergie pendant l'entraînement. Pour reconstituer les réserves de glycogène et améliorer la récupération.

BARS

# NEO BAR

FORMAT

50 g

SAVEURS



GLUTEN  
FREE



SUGAR  
FREE



NO  
PALM OIL



LOW  
SUGAR

Les NEO BAR sont des barres protéinées de 50 g qui fournissent environ 23 g de protéines et moins de 1 g de sucre par barre.

- > Les protéines proviennent d'ingrédients tels que l'isolat de protéines de lait et les protéines hydrolysées de collagène, ce qui favorise la captation des acides aminés.
- > Elles contiennent de la glycérine qui possède des propriétés humectantes en cas d'utilisation alimentaire. Dans le sport, elle sert à obtenir un état d'hyperhydratation. Elle peut donc aider à maintenir les niveaux d'hydratation chez le sportif, ce qui contribue à conserver son rendement.
- > Les nuggets de soja lui donnent une note croquante tout en ajoutant des protéines végétales provenant de légumineuses.
- > Enrichie avec 57 mg de magnésium par barre, elle contribue au fonctionnement normal des muscles et à la synthèse des protéines de ces derniers.  
Et n'oublions pas l'ajout d'un mélange de vitamines : vitamine C, vitamine E, vitamines B3, B6 et B1.

Disponible dans 4 saveurs :

- > **Dark chocolate Crunchy:** avec du cacao en poudre et un enrobage au chocolat noir.
- > **White Choco & Strawberry Crunchy:** goût fraise et enrobage au chocolat blanc.
- > **Coconut & Chocolate Crunchy:** avec de la noix de coco râpée et un enrobage au chocolat noir.
- > **Peanuts & Chocolate Crunchy:** avec des cacahouètes et un enrobage au chocolat au lait.



Avant de faire de l'exercice, comme collation entre les repas ou comme apport supplémentaire en protéines avant de faire une activité physique.



Pour améliorer la récupération.

BARS

# VEGAN PROTEIN BAR

FORMAT

40 g

SAVEURS



41

Il s'agit de barres protéinées véganes qui contiennent près de 30 % de protéines végétales, ce qui équivaut à plus de 11 g de protéines par barre. Elles sont enrichies avec des superaliments ou Superfoods.

Pour les sucrer, nous avons utilisé du **sirop d'agave** au faible index glycémique, d'origine bio, dans la lignée de notre concept de développement durable, ainsi que des matières premières de qualité pour une meilleure assimilation des nutriments.

Formulées avec des arômes naturels, sans huile de palme et avec un pourcentage élevé d'ingrédients bios comme la datte, le sirop d'agave, l'huile d'olive et les graines de courge.

Les protéines présentes sont celles des petits pois et celles de riz :

- > La **protéine de petits pois** avec une forte teneur en acides aminés essentiels et non essentiels. C'est la source naturelle connue la plus riche en arginine, qui joue un rôle non négligeable dans la réparation et la croissance du tissu musculaire. La protéine de petits pois apporte une biodisponibilité et une digestibilité élevées, elle optimise la formation des tissus et tonifie les muscles.
- > La **protéine de riz** apporte un grand nombre de nutriments et est faible en calories. Elle évite que les acides gras soient stockés en activant la lipase dans le foie et sur la paroi des vaisseaux sanguins.

Disponibles dans quatre goûts:

- > **Cocoa Nibs & Cashew** : composée de cacao en poudre naturel, de noix de cajou et d'ingrédients bios tels que les petits morceaux de fèves de cacao crues, le beurre de cacao, les graines de chia et les baies de goji.
- > **Cherry** : avec des éclats de cerise et des graines de courge bios.
- > **Chocolate & Orange** : parfum chocolat avec petits morceaux d'orange confite et graines de courge bios.
- > **Noix de coco** : avec noix de coco râpée et graines de citrouille bio.



Elle peut être prise à tout moment de la journée, aussi bien comme collation saine, que pour un apport supplémentaire en protéines, entre les repas ou après l'entraînement principalement.

BARS

# VEGAN OAT BAR

FORMAT

50 g

SAVEURS



Les Vegan Oat Bar sont des barres à la texture agréable car l'ingrédient principal, ce sont des flocons d'avoine. Ces derniers offrent de nombreuses propriétés étant donné qu'il s'agit de l'une des céréales les plus complètes grâce à son apport en glucides, protéines, lipides, fibres et minéraux. Elle est riche en antioxydants et bêta-glucanes qui jouent un effet prébiotique dans l'intestin et régulent les niveaux de sucre dans le sang.

Pour les sucrer, nous avons utilisé du sirop de riz d'origine bio, dans la lignée de notre concept de développement durable, ainsi que des matières premières de qualité pour une meilleure assimilation des nutriments.

Enrichies avec des superaliments, des Superfood:

- > L'**huile d'olive vierge** extra apporte des matières grasses saines et donne une texture douce aux flocons d'avoine.
- > Les **graines de chia** sont une grande source de vitamines, de minéraux, de fibres et d'acides gras oméga 3 qui aident à combattre les graisses et réguler le poids corporel.
- > **Fruits secs** riches en matières grasses saines, qui apportent des protéines végétales et des fibres. Sans oublier le sésame qui fournit des vitamines et des minéraux.

Disponible en 6 saveurs:

- > **Pistacho & Chia Seeds:** composée principalement de flocons d'avoine, de dattes, d'huile d'olive vierge extra, de pistache, de graines de chia et de sésame.
- > **Strawberry & Cashew,** composée principalement de flocons d'avoine, de dattes, d'huile d'olive vierge extra, de fraises, de myrtilles et de noix de cajou.
- > **Banana bread:** composé principalement de flocons d'avoine, de dattes, d'huile d'olive extra vierge et de banane.
- > **Ginger Bread:** composé principalement de flocons d'avoine, de dattes, d'huile d'olive extra vierge et de gingembre.
- > **Coconut & Cocoa:** composé principalement de flocons d'avoine, de dattes, d'huile d'olive extra vierge, de noix de coco et de gouttes de chocolat noir.
- > **Turrón Nougat:** composé principalement de flocons d'avoine, d'amandes grillées, de dattes, de zeste de citron et de cannelle.



Elle peut être prise à tout moment de la journée, aussi bien comme collation saine, que pour un apport supplémentaire en protéines, entre les repas ou après l'entraînement principalement.

BARS

# ENERGY SHOT

FORMAT

Flacon 60 ml

SAVEURS



Energy shot est une formule liquide de 60 ml élaborée à base d'ingrédients spécifiques permettant d'améliorer le rendement sportif et de réduire le niveau de fatigue pendant les entraînements et les compétitions.

Chaque flacon contient:

> **2 000 mg d'arginine AKG** : l'arginine alpha-cétoglutarate (AKG) est une forme spécifique et avancée de l'arginine qui améliore son assimilation et son absorption. Il s'agit de l'acide aminé précurseur de l'oxyde nitrique, qui permet de développer la fonction endothéliale des parois des vaisseaux sanguins. Par conséquent, la circulation sanguine s'en trouve améliorée, de même que la quantité d'oxyde nitrique dans le sang.

> **1500 mg de bêta-alanine**: il s'agit d'un acide aminé non essentiel qui favorise la synthèse de la carnosine dans les fibres musculaires, ce qui accroît considérablement les niveaux de cette substance dans les muscles. Ses principales fonctions concernent la régulation du PH, en évitant l'acidité au sein de l'organisme produite par le lactate, ce qui retarde l'apparition de la fatigue.

> **1500 mg de taurine**: il s'agit d'un acide aminé qui joue un rôle important dans le système immunitaire et aide à protéger les cellules. La taurine offre au corps une protection antioxydante totale et a un effet non négligeable sur le métabolisme de l'énergie. Pour toutes ces raisons, elle améliore le rendement sportif grâce à son action sur le système nerveux central et la réponse musculaire.

> **500 mg de tyrosine**: il s'agit d'un acide aminé essentiel pour la production normale de dopamine, nécessaire à un fonctionnement et une contraction musculaire conformes. La tyrosine sert à conserver l'activité physique et mentale en cas de forte sollicitation.

> **250 mg de caféine**: nous avons utilisé la caféine anhydre qui maintient intactes les propriétés de la caféine. La caféine est un stimulant qui renforce le système nerveux central en augmentant les niveaux d'énergie. La fatigue et le surmenage sont réduits alors que la concentration et l'attention s'intensifient. En outre, elle stimule la mobilisation et l'oxydation des graisses en renforçant ainsi la disponibilité de combustible pour le travail musculaire, en optimisant la disponibilité des réserves de glycogène.



Disponible uniquement en ligne



Prendre 1 flacon 15 minutes avant l'exercice ou en cas de fatigue pour un véritable effet coup de fouet.

# STAY IMMUNE

FORMAT

Tube 13 comprimés

SAVEURS



Disponible uniquement en ligne

Stay Immune a été formulé avec des ingrédients qui contribuent au bon fonctionnement du système immunitaire pendant et après l'effort. Il permet également de lutter contre la fatigue et le surmenage, de maintenir un bon métabolisme énergétique et de protéger les cellules des dommages oxydatifs.

- > **Extrait sec de thym:** il possède une action adoucissante et calmante au niveau de la bouche, de la gorge, du pharynx et des cordes vocales ; il soulage donc en cas d'irritation.
- > **Huile essentielle d'arbre à thé :** elle aide à conserver la mobilité et la flexibilité des articulations. Elle augmente la résistance physiologique de l'organisme dans des conditions environnementales rudes.
- > **Aloe Vera:** Aide à maintenir une glycémie normale dans le cadre d'un mode de vie sain.
- > **Extrait sec de fenouil :** les graines de fenouil contiennent une huile essentielle riche en anéthol, en estragol et en alpha-pinène.
- > **Magnésium:** Aide à réduire la fatigue et l'épuisement
- > **Vitamine C:** Elle contribue au bon fonctionnement du système immunitaire au cours d'un exercice physique intense et à la fin de ce dernier. Elle aide à lutter contre la fatigue et le surmenage et permet de protéger les cellules des dommages oxydatifs.
- > **Vitamine D:** Elle contribue au bon fonctionnement du système immunitaire et sert à garder les muscles, les os et les dents en bonne santé.
- > **Zinc:** il contribue au bon fonctionnement du système immunitaire et aide à protéger les cellules des dommages oxydatifs. Il permet de conserver l'équilibre acide-base, permet d'avoir un bon métabolisme des glucides et des acides gras, d'avoir une bonne synthèse des protéines, tout en conservant des os, des cheveux, des ongles et une peau en parfaite santé.
- > **Potasio:** il contribue au bon fonctionnement des muscles et du système nerveux et permet de maintenir une tension artérielle normale.



Grâce à toutes les fonctions des ingrédients présents dans les comprimés à croquer Stay Immune, ces derniers conviennent tout à fait à une prise avant ou après les entraînements, et même avant de commencer la journée de travail, pour y faire face sereinement, parfaitement protégé.

SUPPLEMENTS

# PRE WORKOUT

FORMAT

300 gr

SAVEURS



Ses principales fonctions consistent à augmenter le niveau d'oxyde nitrique, à booster la force musculaire, à jouer un rôle anti-catabolique, ce qui aide à réduire la destruction musculaire tout en favorisant la récupération et en retardant l'apparition de la fatigue.

Chaque dose comprend:

> **500 mg d'arginine AKG:** l'arginine alpha-cétoglutarate (AKG) est une forme spécifique et avancée de l'arginine qui améliore son assimilation et son absorption. Il s'agit de l'acide aminé précurseur de l'oxyde nitrique, qui permet de développer la fonction endothéliale des parois des vaisseaux sanguins. Par conséquent, la circulation sanguine s'en trouve améliorée, de même que la quantité d'oxyde nitrique dans le sang.

> **2000 mg de bêta-alanine:** il s'agit d'un acide aminé non essentiel qui favorise la synthèse de la carnosine dans les fibres musculaires, ce qui accroît considérablement les niveaux de cette substance dans les muscles. Ses principales fonctions concernent la régulation du PH, en évitant l'acidité au sein de l'organisme produite par le lactate, ce qui retarde l'apparition de la fatigue. La bêta-alanine conserve les réserves d'ATP, qui est la source d'énergie pour les fonctions cellulaires, et augmente la sensibilité du calcium dans les fibres musculaires, en intensifiant la force tout en réduisant la fatigue pendant l'activité musculaire.

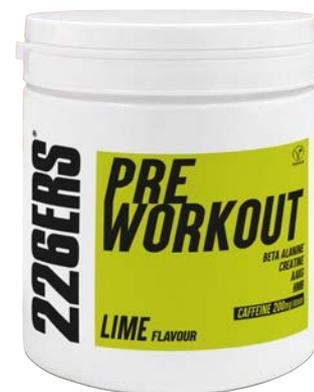
> **3000 mg de Créatine:** la fonction de la créatine consiste à accroître les réserves de phosphocréatine des muscles pour poursuivre la production d'ATP, ce qui procure l'énergie nécessaire pour que les muscles continuent à travailler durant un effort de haute intensité.

> **3000 mg de HMB:** le HMB, également connu sous le nom de bêta-hydroxy-bêta-butyrate de méthyle, est un métabolite de la leucine. Il augmente la synthèse des protéines tout en réduisant leur décomposition (anti-catabolique). Il augmente la force musculaire, prévient et réduit les lésions musculaires tout en contribuant à la récupération. Il permet d'augmenter le volume maximal d'oxygène que nous pouvons consommer lors d'un effort, ce qui a un impact positif sur notre capacité anaérobie.

Disponible dans deux goûts :

> **Pastèque:** avec les 4 ingrédients principaux, mais sans caféine.

> **Citron vert:** avec les mêmes 4 ingrédients, auxquels ont été ajoutés 250 mg de caféine anhydre (qui conserve intactes les propriétés de la caféine).



Diluer 3 mesures (15g) de produit dans 200-300 ml d'eau. À prendre avant ou après l'effort.

# BCAA 8:1:1

FORMAT

300 gr

SAVEURS



GLUTEN  
FREE



LOW  
SUGAR



PALEO



LACTOSE  
FREE



Les **BCAA**, ce sont trois acides aminés essentiels, à savoir la leucine, l'isoleucine et la valine, qui sont métabolisés directement dans le muscle, contrairement aux autres acides aminés qui (généralement) sont métabolisés dans le foie. La combinaison de ces acides aminés essentiels représente quasiment un tiers des muscles squelettiques du corps humain et ils jouent un rôle de taille quant à la synthèse des protéines.

> **L-TYROSINE:** elle est essentielle pour la production normale de dopamine, nécessaire à un fonctionnement et une contraction musculaire conformes. Elle participe à la production d'énergie et est nécessaire au maintien de l'activité physique et mentale.

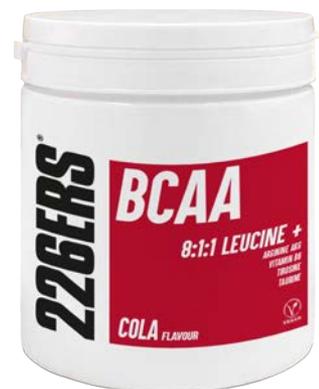
> **L-ARGININE:** il s'agit d'un acide aminé non essentiel, car l'organisme le produit également.

C'est le précurseur de l'oxyde nitrique que notre corps utilise comme vasodilatateur pour une circulation du sang plus importante dans les vaisseaux sanguins, ce qui permet d'obtenir un rendement optimal.

> **TAURINE:** il s'agit d'un acide aminé qui joue un rôle important dans le système immunitaire et aide à protéger les cellules. La taurine offre au corps une protection antioxydante totale et a un effet non négligeable sur le métabolisme de l'énergie. Pour toutes ces raisons, elle améliore les performances sportives grâce à son action sur le système nerveux central et la réponse musculaire.

Grâce à toutes ces fonctions, il s'agit du complément idéal à prendre avant ou après l'entraînement, pour accélérer la récupération musculaire et réduire la fatigue en décollant.

Disponible dans 3 goûts: **Neutro, cola et citron.**



Prendre 15 g / jour max. dans 500 ml d'eau (recommandation : 1 dose avant et 2 après l'entraînement).

SUPPLEMENTS

# CREATINE

FORMAT

300 gr

SAVEURS



Disponible uniquement en ligne

La plupart de la créatine se trouve dans le muscle squelettique, principalement sous forme de phosphocréatine, qui est utilisée pour obtenir rapidement de l'énergie, mais la créatine a également une capacité alcalinisante et diminue l'acidose musculaire, retardant ainsi la fatigue et ayant un effet réparateur.

La créatine monohydrate a pour fonction d'accroître les réserves de phosphocréatine des muscles pour poursuivre la production d'ATP, ce qui procure l'énergie nécessaire pour que les muscles continuent à travailler durant un exercice de haute intensité.

C'est le complément parfait aussi bien pour les entraînements en force que pour les activités longue durée :

- > Il aide à améliorer le couple musculaire, à renforcer l'intensité de l'entraînement et la capacité de travail.
- > Ingrédient à l'efficacité cliniquement prouvée dans l'augmentation de la force musculaire et de la masse corporelle maigre.
- > La créatine aide à préserver les réserves d'énergie et à construire du muscle en améliorant le rendement physique et la capacité de travail au seuil de fatigue.
- > Elle calme la fatigue à la suite d'une activité physique et permet de récupérer plus rapidement.
- > Elle améliore également l'attention et les performances mentales, en boostant la concentration et la capacité à absorber les informations.



- > **Chargement rapide:** Prendre une dose de 20-30g (3-5 cuillères) pendant 7 jours, répartie en 4 prises quotidiennes.
- > **Chargement lent:** Prendre 6 g/jour (1 cuillère) pendant 4 semaines.
- > **Entretien:** Prendre 3 g/jour (1/2 cuillère) pendant 8 à 10 semaines.

# GLUTAMINE

FORMAT

300 gr

SAVEURS



La glutamine est un acide aminé non essentiel, mais fortement présent dans l'organisme. Il s'agit d'ailleurs de l'acide aminé le plus abondant dans les muscles, pouvant atteindre 60 % et 20 % de l'ensemble total d'acides aminés se trouvant dans le corps humain.

Parmi ses fonctions, on peut distinguer les suivantes :

- > Elle aide à renouveler le glycogène musculaire à la suite d'un exercice intense.
- > Elle améliore la résistance de l'organisme et apporte son aide au système de défense du corps.
- > Elle permet d'avoir un tractus gastro-intestinal en bonne santé et préserve les fonctions immunes en cas de stress, ce qui permet de consolider ses défenses naturelles.

Elle est donc idéale dans différentes situations :

- > Entraînements intensifs ou de résistance.
- > Maintien de l'intégrité intestinale.
- > Maintien du système immunitaire et renforcement des défenses naturelles en cas de stress corporel dû à l'exercice, au stress métabolique, à la perméabilité intestinale, à la fatigue, etc.



Prendre 0,3g/Kg/jour (distribué juste avant et après l'effort). (Recommandation : 2 boules avant et 2 boules après l'entraînement).

SUPPLEMENTS

# 6.4 AMINO<sup>+</sup>

FORMAT

Boîte 100 gélules

SAVEURS



La GLUTAMINE est un acide aminé non essentiel mais avec une grande présence dans le corps. En fait, c'est l'acide aminé le plus abondant dans les muscles, atteignant 60% et 20% de l'ensemble total d'acides aminés dans le corps humain.

Ses fonctions incluent:

- > Aide à reconstituer le glycogène musculaire après un exercice intense.
- > Améliorer la résistance de l'organisme et aider le système de défense de l'organisme.
- > Maintient le tractus gastro-intestinal sain et les fonctions immunitaires dans des conditions stressantes.

Les **BCAA** sont trois acides aminés essentiels, en particulier la leucine, l'isoleucine et la valine.

## Le L-TYROSINE

- > Essentiel à la formation naturelle de dopamine, nécessaire au fonctionnement normal et à la contraction musculaire.
- > Participe à la production d'énergie.
- > La tirosina es necesaria para mantener la actividad física y mental.

La **L-ARGININE** est un acide aminé non essentiel puisque le corps en produit également.

C'est le précurseur de l'oxyde nitrique, que notre corps utilise comme vasodilatateur pour faire circuler plus de sang dans nos vaisseaux sanguins, contribuant ainsi à maintenir des performances optimales.

Ce produit est recommandé dans les situations suivantes:

- > Semaines d'entraînement intensif.
- > Avant les entraînements de forte intensité.
- > En périodes de fatigue ou de sur sollicitation.
- > Semaines de compétition pour garantir une récupération complète.
- > Avant et après des entraînements de force.
- > Même pendant les entraînements de longue durée.



3 gélules juste avant l'effort.



3 gélules immédiatement après l'effort.

**L'INSPIRATION**

**N'APPARAÎT**

**PASSI**

**VOUS NE LA**

**RECHERCHEZ**

**PAS**



# CAFFEINE EXPRESS

## FORMAT

Boîte 100 gélules

## SAVEURS



VEGAN

Disponible uniquement en ligne



Capsules avec 100 mg de caféine à effet instantané, non retardé pour les moments les plus exigeants de la journée

Le principal ingrédient est la caféine anhydre. Il s'agit de la caféine dont les propriétés sont restées intactes, mais simplement sous forme déshydratée. Ses effets sont identiques à la caféine présente dans le café, le thé, etc. La caféine est préparée pour être consommée sous forme solide.

Ils sont très faciles à ingérer grâce à leur format de capsule et facilement digestibles grâce à leurs ingrédients de haute qualité, sans gluten, sans lactose, sans sucre et adaptés aux végétaliens.



Prendre 1 à 4 gélules 45' avant, ou pendant l'entraînement ou la compétition toutes les 45'-60' avec au moins 1 verre d'eau pendant la prise (150 ml).

SUPPLEMENTS

# FISH OIL OMEGA 3



## FORMAT

Boîte 120 perles

## SAVEURS

L'**oméga 3 EPA** (acide eicosapentaénoïque) et l'**oméga 3 DHA** (acide docosahexaénoïque) sont des acides gras essentiels polyinsaturés à longue chaîne indispensables au fonctionnement de notre organisme. En effet, ils contribuent au bon fonctionnement du cœur, avec tous les avantages que cela implique pour toute personne en consommant, qu'elle soit sportive ou non.

Toutefois, notre organisme se trouve limité dans sa capacité à les synthétiser par lui-même. C'est pourquoi, en vue de compenser notre déficit naturel, un apport extérieur de ce type de nutriments est nécessaire.

De très nombreuses études mettent en avant les effets positifs que la consommation régulière d'acides essentiels **oméga 3 (EPA et DHA)** a sur la santé cardiovasculaire, oculaire, cognitive, gynécologique et dermatologique, sans parler des autres bénéfices tels que leur effet antioxydant et anti-inflammatoire.

Nous avons, pour notre part, utilisé une huile de poisson issue de sources durables et utilisant les technologies de la marque Solutex®.

Nous avons, pour notre part, utilisé une huile de poisson issue de sources durables et utilisant les technologies de la marque Solutex®.

Elle utilise la technologie de concentration et de purification FLUTEX où tous les omégas 3 sont absorbés et sont biodisponibles. Les bienfaits se font sentir sur le court terme :

- > Pureté optimale de l'**oméga 3** et concentration minimale de graisses saturées.
- > Elle utilise la technique SFT (Supercritical Fluid Technology) d'extraction par fluide supercritique où aucun solvant organique pouvant se mélanger avec le produit final et le contaminer n'est utilisé. Elle ne génère en outre pas de déchets environnementaux au cours du processus.
- > **Cleantex** est un processus de purification breveté qui utilise de l'azote pour éliminer les restes de contaminants: par exemple, métaux lourds, PCB, dioxines, etc. Il ne reste donc plus aucun résidu. Résultat : un produit pur et sûr.
- > À ne pas oublier : le processus de **désodorisation de l'huile** permet d'en retirer les restes de goût et d'odeur.



---

Il est recommandé de prendre 2 perles par jour pendant les repas.

---

# OMEGA 3 VEGAN

**FORMAT**

Boîte 60 perles

**SAVEURS**



L'**oméga 3 EPA** (acide eicosapentaénoïque) et l'**oméga 3 DHA** (acide docosahexaénoïque) sont des acides gras essentiels polyinsaturés à longue chaîne indispensables au fonctionnement de notre organisme. En effet, ils contribuent au bon fonctionnement du cœur, avec tous les avantages que cela implique pour toute personne en consommant, qu'elle soit sportive ou non.

Toutefois, notre organisme se trouve limité dans sa capacité à les synthétiser par lui-même. C'est pourquoi, en vue de compenser notre déficit naturel, un apport extérieur de ce type de nutriments est nécessaire.

De très nombreuses études mettent en avant les effets positifs que la consommation régulière d'acides essentiels oméga 3 (EPA et DHA) a sur la santé cardiovasculaire, oculaire, cognitive, gynécologique et dermatologique, sans parler des autres bénéfices tels que leur effet antioxydant et anti-inflammatoire.

Nous sommes nombreux à savoir que le poisson est riche en oméga 3. Mais ce que nous ignorons, c'est que les poissons obtiennent le DHA et l'EPA des algues qui font partie intégrante de leur chaîne alimentaire.

Nos perles ne contiennent que de l'huile d'algues **Life's OMEGA**, une huile qui se rend directement à la source pour produire son DHA et son EPA, c'est-à-dire directement sur les microalgues dont se nourrissent les poissons.

Cultivées dans un environnement contrôlé, ces algues représentent une véritable source végétale et durable d'oméga 3.

Le processus commence par la culture initiale des cellules d'algues. Ces microalgues se développent dans des fermenteurs. Une fois cultivées, les algues sont recueillies et sont traitées en vue d'en extraire une huile transparente ambrée de grande pureté, riche en oméga 3.



---

Prendre 1 gélules par jour au cours d'un repas.

---

SUPPLEMENTS

# COLL·EGG

## FORMAT

Boîte 60 gélules

## SAVEURS



COLL-EGG, ce sont des gélules de membrane de coquille d'œuf d'origine aviaire avec une composition unique d'origine naturelle. Parmi ses ingrédients, on trouve ce qui suit:

> **Membrane d'œuf:** il s'agit d'un produit naturel riche en protéines et nutriments essentiels obtenu à partir de la membrane d'œuf. Cette dernière sert au traitement des articulations en cas de douleur et de rigidité. Principaux avantages:

- Diminue la douleur.
- Réduit l'inflammation.
- Maintient et régénère le cartilage.
- Produit 100 % naturel et sans effets secondaires.
- Dose quotidienne très réduite, 300 mg.
- Améliore la souplesse et la fonction des articulations.
- Renforcement des articulations.
- Traitement de l'ostéoarthrite, de l'arthrite et de l'arthrose (maladies rhumatismales).
- Prévient les lésions articulaires.
- Favorise l'activation et la modulation du système immunitaire.
- Effets positifs observés dès le dixième jour de prise.

> **Calcium:** OVOCET® source de calcium plus assimilable et naturelle. Il combine le carbonate de calcium avec les protéines dites de transport pour une absorption optimale par rapport à d'autres sources de calcium.

> **Curcuma:** il est doté de nombreuses vertus pour la santé, la plus marquante étant celle qui aide à soulager les douleurs propres à l'arthrite.

> **Poivre noir:** il s'agit d'une épice hautement antioxydante. Elle prévient l'oxydation des cellules et contribue à leur correct fonctionnement.

> **Boswellia serrata:** Herbe couramment utilisée dans la médecine ayurvédique comme le traitement contre l'arthrite et l'ostéoarthrite. Efficace contre la douleur propre à ces maladies et contre l'inflammation qui en découle. La substance active, l'acide boswéllique est un composant anti-inflammatoire. Elle soulage la douleur arthritique des articulations.



---

Il est recommandé de prendre une gélule par jour, voire 2 pour les cas aigus.

---

# SYMBIOTIC COMPLEX

FORMAT

Boîte 60 gélules

SAVEURS



Disponible uniquement en ligne

Le butyrate est un acide gras à chaîne courte (AGCC). Ces acides gras sont utilisés par les cellules intestinales (entérocytes) comme source d'énergie et permettent de conserver l'intégrité et le bon fonctionnement de l'intestin.

Différentes causes, dont:

- > une alimentation sans fibres ou peu équilibrée,
- > la prise d'antibiotiques,
- > le stress émotionnel ou physique.

## PROBIOTIQUE

La formule de notre probiotique apporte 5 souches de bactéries produisant de l'acide lactique, en sus de la levure *Saccharomyces Boulardii* et des vitamines D et C.

- > **Saccharomyces Boulardii**: améliore la fonction barrière de l'intestin, consolide l'action des enzymes digestives intestinales et optimise par conséquent l'absorption des nutriments.
- > **L. Plantarum**: renforce la fonction barrière de l'intestin et empêche les bactéries pathogènes d'adhérer à l'épithélium intestinal.
- > **L. Rhamnosus**: renforce le système immunitaire intestinal en augmentant le nombre de cellules produisant des cytokines.
- > **L. Acidophilus**: intensifie l'acide lactique, ce qui empêche la croissance des bactéries pathogènes dans l'intestin. Il augmente la production de butyrate.
- > **Bifidobacterium animalis lactis et Bifidobacterium bifidum**: améliorent la fonction digestive. Ils aident à digérer les disaccharides comme le lactose et les fibres qui sont à l'origine de symptômes intestinaux.
- > **Vitamina C**: aide au fonctionnement du système immunitaire pendant et après l'exercice. En outre, l'acide ascorbique sert de puissant antioxydant, en aidant le corps en cas de stress élevé (entraînement par exemple).
- > **Vitamina D**: contribue au bon métabolisme du calcium, renforce le système immunitaire.



---

Prendre 2 gélules au petit-déjeuner.

---

SUPPLEMENTS

# VEGAN BETA- ALANINE

## FORMAT

Boîte 90 gélules

## SAVEURS



La bêta-alanine est un acide aminé non essentiel synthétisé dans le foie qui peut être ingéré par le biais de l'alimentation, en particulier de sources animales ou de suppléments.

Plusieurs études ont montré que la bêta-alanine favorise la synthèse de la carnosine dans les fibres musculaires, ce qui augmente considérablement les niveaux de cette substance dans les muscles.

Ses principales fonctions sont les suivantes:

- > La **régulation du PH**, en évitant l'acidité du corps produite par le lactate, ce qui retarde l'apparition de la fatigue.
- > **Le maintien des réserves d'ATP**, qui est la source d'énergie pour les fonctions cellulaires.
- > **L'augmentation de la sensibilité du calcium** dans les fibres musculaires, en augmentant la force et réduisant la fatigue pendant l'activité musculaire.



---

Prendre 2-4 capsules jour.

---

# VEGAN FAT BURNER

FORMAT

Bote 90 capsules

SAVEURS



Disponible uniquement en ligne

Complément alimentaire à base de café et de thé vert, de picolinate de chrome, de piment de Cayenne et de L-carnitine.

Vegan Fat Burner est, comme son nom l'indique, un brûleur de graisse végétane se composent d'ingrédients qui favorisent cette fonction : thé vert, café vert, L-carnitine, orange amère, cannelle de Ceylan, piment de Cayenne et picolinate de chrome.

Trois capsules fournissent un total de seulement 38 mg de caféine provenant des ingrédients naturels eux-mêmes.

Les gélules Vegan Fat Burner ont été formulées pour aider à optimiser la masse corporelle et la perte de poids dans le but d'atteindre ses objectifs sportifs ou d'améliorer sa santé et son bien-être.

Les ingrédients en sont les suivants :

- > **Thé vert et café vert** : contribuent à mobiliser les réserves de graisses et l'oxydation des graisses stockées. Aident à maintenir la vigilance et à se sentir plus énergique, en améliorant les performances physiques.
- > **L-carnitine**: joue un rôle important dans le métabolisme des lipides en transformant les acides gras en énergie et en réduisant donc les dépôts de graisse stockée dans le corps. Permet en outre de récupérer de manière optimale le tissu musculaire.
- > **Orange amère**: permet de contrôler le poids en favorisant la dégradation des lipides, en évitant le stockage des graisses.
- > **Cannelle de Ceylan**: Il aide à avoir une digestion active.
- > **Picolinate de chrome**: le picolinate de chrome est un composé formé à partir d'acide picolinique et de chrome. L'acide sert à transporter le chrome pour faciliter l'accès aux membranes cellulaires et le chrome stimule l'action de l'insuline et, par conséquent, influe sur le métabolisme des glucides, des lipides et des protéines.
- > **Piment de Cayenne**: favorise la sécrétion des sucs gastriques et contribue de la sorte à une meilleure digestion.



1 ou 2 gélules au petit déjeuner



1 gélule au déjeuner.

SUPPLEMENTS

# VEGAN MAGNESIUM BISGLYCINATE

## FORMAT

Boîte 90 gélules

## SAVEURS



Disponible uniquement en ligne

Aujourd'hui, la plupart des minéraux utilisés sur le marché des compléments alimentaires sont sous forme inorganique (oxydes, carbonates, sulfates, etc.), que notre corps absorbe peu.

Les chélates **d'Albion®** utilisés dans les compléments alimentaires fournissent une nutrition minérale organique complète :

> Meilleure absorption car le magnésium est transporté dans les cellules liées à un acide aminé. Il est absorbé 5 fois plus que l'oxyde de magnésium.

> Il ne se décompose pas dans le processus digestif et ne provoque donc pas d'irritation dans le tractus gastro-intestinal et augmente sa biodisponibilité.

> Il ne nécessite pas d'ionisation et ne dépend pas du pH, ce qui améliore l'absorption et augmente la biodisponibilité.

Un apport de magnésium hautement biodisponible tel que le **bisglycinate de magnésium d'Albion®** contribue à améliorer:

- > La diminution de la fatigue.
- > L'équilibre des électrolytes.
- > Le métabolisme énergétique normal.
- > Le fonctionnement normal du système nerveux.
- > Le fonctionnement normal des muscles.
- > La synthèse normale des protéines.
- > C'est le produit idéal à consommer à tout moment de la journée, comme le petit-déjeuner, le goûter, le dessert ou avant une compétition. Le maintien des os dans des conditions normales.

Il contient en outre un supplément de **vitamine B6** qui, en sus de réduire la fatigue et le surmenage, agit sur les points suivants :

- > La production normale de globules rouges.
- > Le bon fonctionnement du système immunitaire.

Et son apport en **zinc** favorise:

- > Le métabolisme naturel des macronutriments et des acides gras.
- > Le maintien des os dans des conditions normales.
- > Le bon fonctionnement du système immunitaire.
- > La protection des cellules face aux dommages oxydatifs.



Prendre 3 à 4 capsules par jour.

# VEGAN VITAMIN<sup>+</sup>

**FORMAT**

Boîte 60 gélules

**SAVEURS**



Gélules formulées tout spécialement pour répondre aux besoins du sportif, indépendamment de son niveau. Avec 24 vitamines et minéraux, un supplément de silicium organique extrait du bambou et du coenzyme Q10.

Les vitamines et minéraux sont essentiels au bon fonctionnement de l'organisme, tout particulièrement lors que nous soumettons notre corps à des charges d'entraînement, au stress ou au manque de repos.

Vegan Vitamin + contient tous les minéraux et vitamines nécessaires, dont entre autres:

- > **Vitamin C** (500mg - 625% del VRN): il s'agit d'un puissant antioxydant aux multiples fonctions anti-inflammatoires, immunologiques et antihistaminiques.
- > **Vitamin E** (40 mg - 333,33% del VRN): grâce à ses propriétés antioxydantes, elle est bénéfique au niveau circulatoire.
- > **Vitamin B12** (1,4 mg - 400% del VRN): elle contribue au développement du système nerveux, elle intervient dans le métabolisme protéique des glucides et des lipides.
- > **Fer** (14 mg - 100% VRN): il est indispensable, car sa principale fonction est de produire de l'hémoglobine, essentielle à l'oxygénation cellulaire.
- > **Magnesium** (200 mg): il prévient les dommages musculaires et les lésions articulaires. Il réduit la sensation de fatigue et améliore l'assimilation des autres vitamines et minéraux.
- > **Silicium organique** (25 mg): provenant d'extrait sec de bambou: il s'agit d'un minéral essentiel pour notre organisme. Sa principale propriété est la production de collagène, indispensable à la formation des os, du cartilage, des tendons et des muscles, assurant l'élasticité de tous les tissus. C'est un antioxydant et il participe aux processus anti-douleur et anti-inflammatoire au niveau des articulations.
- > **Coenzyme Q10**: il s'agit d'une molécule que produit notre corps naturellement jusqu'à environ 40 ans. Il aide à transformer les nutriments en énergie et présente de nombreux avantages tels que le renforcement du système immunitaire, la réduction de la fatigue et le ralentissement du vieillissement, car il réduit le stress oxydatif cellulaire.

GLUTEN  
FREE



LACTOSE  
FREE



PALEO



VEGAN

Disponible uniquement en ligne



---

Il est recommandé de prendre 2 gélules par jour entre les repas.

---

SUPPLEMENTS

# VITAMIN D3

## FORMAT

Boîte 120 perles

## SAVEURS



61



Disponible uniquement en ligne

La vitamine D3 est communément désignée sous le terme de vitamine D ou de « vitamine du soleil », car elle est notamment produite à partir du rayonnement direct du soleil sur la peau.

La vitamine D est essentielle au bon fonctionnement du système immunitaire, des os et des muscles. Elle protège également les cellules du stress oxydatif.

Une exposition limitée à la lumière du soleil entraîne des carences en vitamine D. En vieillissant, nous perdons même la capacité à la synthétiser. Les besoins en vitamine D sont donc plus importants et cela a un impact négatif sur notre santé physique comme sur notre santé mentale, ce qui peut engendrer du stress, de l'anxiété, des changements d'humeur, voire une dépression. Afin d'éviter d'avoir un niveau de vitamine D inférieur au seuil optimal, nous devons nous supplémenter pour avoir un organisme en pleine forme.

Vitamin D3 4 000 UI de 226ERS :

- > Aide à garder des os et des muscles en bonne santé.
- > Contribue au bon fonctionnement du système immunitaire.
- > Contribue au processus de la division cellulaire.
- > Aide à absorber et à utiliser comme il faut le calcium et le phosphore.
- > Permet de conserver un niveau normal de calcium dans le sang.



---

Prenez 1 perle par jour ou tous les deux jours avec au déjeuner.

---

SUPPLEMENTS

# VEGGIE ENERGY CAKE

FORMAT

480g

SAVEURS



Notre Veggie Energy Cake est un gâteau énergétique composé de farines sans gluten. Il est donc apte pour les cœliaques et pour les végétariens.

Son ingrédient principal est la **farine de teff** aux grandes qualités nutritionnelles:

- > Le teff est riche en glucides à absorption lente, propriété très intéressante pour les sportifs à haut rendement car il apporte des glucides rapidement et de manière prolongée.
- > Le teff dispose en outre de 8 acides aminés essentiels, tout particulièrement la lysine, que l'on ne trouve pas dans d'autres céréales et encore moins dans les quantités présentes dans le teff. La lysine joue un rôle essentiel pour l'absorption efficace du calcium par l'organisme, pour tirer le meilleur parti de ses propriétés.
- > Le teff est une céréale digestive, antioxydante et au contenu nutritionnel supérieur à celui des céréales les plus courantes.
- > Son index glycémique est faible, mais sa teneur en fibres est très élevée.
- > Il comporte des composés phytochimiques protecteurs et antioxydants tels que l'acide férulique, l'acide protocatéchique, l'acide gentianique, l'acide vanillique, l'acide coumarique ou l'acide cinnamique.
- > Le teff contient 17 fois plus de calcium que d'autres céréales. (165,2 mg/100 g).
- > Avec l'amarante, il s'agit de l'une des céréales qui comportent le plus de fer (environ 10,5 g/100 g).
- > Le teff est riche en minéraux tels que le zinc, le magnésium, le manganèse, le cuivre et le phosphore.

À prendre de préférence avant une compétition, car il **apporte l'énergie nécessaire et 12 % de protéines**. Comme il est facilement assimilé, on sait qu'il ne va produire aucun trouble digestif avant la compétition ou l'entraînement.

Veggie Energy Cake incorpore du cacao et des morceaux de chocolat noir, ce qui lui donne un goût au chocolat intense et irrésistible.



C'est le produit idéal à consommer à tout moment de la journée, comme le petit-déjeuner, le goûter, le dessert ou avant une compétition.

Prenez-le avec:

- > Ce produit peut être préparé avec du lait, une boisson végétale ou même avec de l'eau si vous le souhaitez. Vous pouvez le sucrer à votre goût.
- > On peut également ajouter une cuillère d'huile d'olive ou d'huile de coco pour apporter encore plus de douceur au mélange.
- > On peut également intégrer des morceaux de fruits, de fruits secs, de fruits séchés... au mélange avant la cuisson ou encore en parsemer la préparation après cuisson sous forme de toppings.

Pour le démouler, mieux vaut attendre qu'il ait bien refroidi. Et si vous ne pouvez y résister, mangez-le à la cuillère directement.

HEALTHY FOOD

# VEGGIE PROTEIN PUDDING

FORMAT

350g

SAVEURS



Le nouveau Veggie Protein Pudding est un délicieux dessert bien crémeux, le meilleur des choix lorsqu'on veut faire le plein de protéines sans renoncer au goût.

Idéal pour le sportif qui a besoin d'un apport élevé en protéines comme pour celui qui souhaite prendre soin de lui en prenant un dessert sain.

Un dessert fonctionnel à forte valeur nutritionnelle grâce à ses ingrédients:

- > Les **petits pois** sont une excellente source de protéines en raison de la variété de leurs acides aminés, avec un apport en protéines de 55 % apte pour les véganes. Elles aident à tonifier les muscles et améliorent l'activité enzymatique en optimisant la formation et l'utilisation des cellules, en récupérant les tissus endommagés et leurs fonctions.
- > **Graines de lin** qui augmentent le pourcentage de fibres tout en favorisant la digestion. Riche en bonnes graisses, tout particulièrement en oméga 3, aide à la régénération des tissus, inhibe l'inflammation et protège la peau des attaques externes.
- > Grâce au pouvoir sucrant de la **stévia**, nous obtenons un dessert sain et très faible en sucres.
  - **Extrait de maca** aux fonctions stimulantes et énergétiques, à forte valeur nutritionnelle qui contient des vitamines et des minéraux, idéal pour le régime du sportif. Il possède de très nombreux avantages pour l'organisme. En effet, grâce à ses propriétés:
    - Il régule le système endocrinien.
    - Renforce le système immunitaire
    - il stimule la libido.
    - retarde le processus de vieillissement.
    - Possède un effet analgésique.
    - Réduit la fatigue et est une grande source d'énergie.
    - Consommer une ration de maca en poudre est une très bonne habitude car la maca agit comme adaptogène, c'est-à-dire qu'elle aide à garder son calme dans des situations de stress, apporte une véritable endurance en termes de rendement sportif et augmente la sensation de bien-être en général.

GLUTEN FREE



NO ADDED SUGAR



NUTS FREE



LACTOSE FREE



PROTEIN 55%



---

C'est le produit idéal à consommer à tout moment de la journée, comme le petit-déjeuner, le goûter, le dessert ou avant une compétition.

Il peut être préparé avec de l'eau, du lait ou une boisson végétale.

Pour faciliter la dissolution, il est recommandé d'ajouter le liquide petit à petit en remuant bien.

Vous pouvez ajouter un édulcorant au goût comme le miel, le sucre de coco, la stévia ou votre édulcorant préféré.

Différentes garnitures peuvent être ajoutées telles que des fruits naturels, des noix, des fruits secs ou tout autre au goût du consommateur.

# VEGGIE PROTEIN BROWNIE

FORMAT

420g

SAVEURS



Délicieux gâteau protéiné composé de protéines de petits pois et de farines sans gluten. Il est apte pour les cœliaques et les véganes.

Idéal aussi bien pour le sportif qui a besoin d'un apport élevé en protéines que pour ceux qui souhaitent prendre soin d'eux en prenant un dessert sain.

Ses principaux ingrédients sont les protéines de petits pois et la farine de teff. Ces deux ingrédients ont de grandes propriétés nutritionnelles :

- > Les **petits pois** représentent une excellente source de protéines végétales de haute qualité, riches en acides aminés essentiels et non essentiels, à absorption lente, ce qui facilite la digestion tout en apportant 41 % de protéines aptes pour les véganes. Elles aident à tonifier les muscles et améliorent l'activité enzymatique en optimisant la formation et l'utilisation des cellules, en récupérant les tissus endommagés et leurs fonctions.
- > La **farine de teff** est un glucide à absorption lente qui contient 8 acides aminés essentiels, avec une forte teneur en lysine pour que l'organisme puisse absorber le calcium.
- > Elle est particulièrement digestive et antioxydante. Avec un index glycémique faible et une forte teneur en fibres.

Le Veggie Protein Brownie incorpore du cacao et des morceaux de chocolat noir, ce qui lui donne un goût au chocolat intense et irrésistible.



---

Très simple à préparer, c'est le gâteau idéal à consommer à tout moment de la journée ; un vrai dessert riche en nutriments et faible en sucres. Appétit rassasié avec cette délicieuse petite douceur pleine de protéines.

Nous pouvons l'emmener partout avec nous, en voyage, en compète pour être sûrs d'avoir le bon apport en protéines et une bonne digestion.

---

C'est le produit idéal à consommer à tout moment de la journée, au petit déjeuner, au goûter ou au dessert.

HEALTHY FOOD

# PEANUT & ALMOND BUTTER

## FORMAT

Peanut 350g/1kg

Almond 320g

## SAVEURS



Nos crèmes de cacahuètes et d'amandes ont une texture fine et crémeuse, puisque les amandes et les cacahuètes ont été broyées selon des méthodes traditionnelles de la plus haute qualité et que seules des cacahuètes grillées et des amandes grillées ont été utilisées.

Tous deux sont très nutritifs et leur consommation procure une énergie durable pendant la journée, ils présentent un apport de 25% de beurre de cacahuète et 26% de crème d'amande, protéine végétale, complète par sa teneur en acides aminés essentiels, contribue au maintien et à augmentation de la masse musculaire.

> **Peanut Butter: L'arachide** c'est une légumineuse à forte concentration d'albumen et de graisse, presque autant que la viande. C'est pourquoi elles sont fortement recommandées pour les personnes qui suivent un régime végétarien ou végétal, pour les sportifs et pour les enfants en pleine croissance. Près de 50 % de leurs graisses sont mono-insaturées et 30 % sont polyinsaturées, ces dernières étant principalement des Oméga 6.

Elles constituent une excellente source de fibres (8,4 %) et contiennent de grandes quantités de vitamines du groupe B, de vitamine E, ainsi que des minéraux tels que le potassium, le calcium, le magnésium, le phosphore et le zinc.

> **Beurre d'amande : L'amande** a une teneur élevée en graisses, en particulier insaturées, celles qui sont bénéfiques pour la santé cardiovasculaire.

> Les **amandes** sont également une excellente source de fibres (11%) et contiennent de grandes quantités de vitamines B, de vitamine E, ainsi que des minéraux tels que le potassium, le magnésium, le phosphore, le fer et le zinc. En plus du calcium, étant l'une des sources végétales les plus riches de ce minéral.



Vous pouvez utiliser la crème pour le petit-déjeuner, le goûter, les collations entre les repas ou au dessert.

Ajoutez-la dans vos aux céréales, vos crêpes, vos toasts, vos légumes ou vos desserts faits maison.

# KETO BUTTERS

## FORMAT

Nuts & Seeds 350g  
Keto Cocoa 370g  
Keto Turrón 350g

## SAVEURS



GLUTEN  
FREE



LOW  
SUGAR



VEGAN



NO  
PALM OIL



HIGH  
PROTEIN  
CONTENT

Les crèmes Keto sont formulées avec une forte teneur en lipides (entre 38 et 51%), contiennent beaucoup de protéines, sont pauvres en glucides et n'apportent que 0,5 g de sucre par ration.

La formule de ces crèmes Keto permet de conserver des taux faibles de glycémie et d'insuline dans le sang. L'organisme peut donc utiliser facilement les lipides stockés comme source d'énergie et est maintenu plus longtemps en état de cétose.

Grâce à leur profil nutritionnel, les crèmes Keto sont des crèmes rassasiantes qui boostent la flexibilité métabolique en raison de leur forte teneur en lipides et de leur faible apport en glucides. Résultat : meilleure clarté mentale et meilleure digestion. Plus besoin de dépendre des glucides et adieu aux pics d'insuline qui en découlent.

Disponibles en 3 goûts et présentées dans un bocal en verre pour optimiser leur conservation.

- > **KETO CACAO:** à base de arachides grillées, de cacao en poudre, d'érythritol et de stévia. Avec 27 % de protéines et seulement 1,5 g de glucides nets.
- > **KETO NUT & SEEDS:** formulée uniquement avec des arachides grillées et des graines de lin et de chia qui donnent le côté croustillant et apportent à la formule les effets bénéfiques des antioxydants et des acides gras oméga 3. Les lipides nets ne représentent que 2,1 g.
- > **KETO TURRÓN:** Il s'agit d'une crème aromatisée au nougat avec les mêmes ingrédients que le nougat typique de Noël original, avec des amandes grillées, du zeste de citron et de la cannelle, mais sans sucre ajouté. Nous avons utilisé l'érythritol pour obtenir seulement 0,1 g de glucides nets.



---

Vous pouvez l'utiliser pour le petit-déjeuner, le goûter, le goûter entre les repas ou le dessert.

A ajouter aux céréales, aux crêpes, aux toasts, aux légumes ou aux desserts maison.

---

HEALTHY FOOD

# SOLO COFFEE

FORMAT

250 gr

SAVEURS



Chez 226ERS, nous avons misé sur des cafés issus de coopératives. Ces dernières encouragent le développement durable autour de quatre axes principaux : économique, social, environnement et institutionnel.

**SOLO COFFEE** est un mélange qui se caractérise par :

- > La présence de deux cafés bios cultivés à haute altitude (1 600 - 1 800 m), traités selon le processus du lavage, puis séchés au soleil sur des lits surélevés.
- > Deux cafés **arabica** sélection altitude, certifiés bio, venus tout droit du **Honduras et du Pérou**, le tout pour une tasse crémeuse aux notes cacaotées côté Pérou et aux notes florales pleines de subtilité et citriques côté Honduras. Résultat : une combinaison parfaite pour un café aux notes cacaotées, persistant en bouche, avec un arôme doux aux notes gourmandes de fruits secs et fleurs blanches.

La caféine permet principalement ce qui suit :

- Augmenter la vigilance, ce qui permet d'augmenter le rendement.
- Réduire la fatigue.
- Stimuler la mobilisation des graisses en augmentant ainsi le carburant disponible pour le travail musculaire.
- Optimiser les réserves de glycogène disponibles.



MERCHA

NDISING



## BOTTLE

Ce bidon est conçu avec des matériaux de haute qualité et dispose d'une tétine à large ouverture.

Facile à nettoyer, il est certifié pour une qualité alimentaire optimale, sans goût ni odeur.



1000 ml



550 / 750 ml



550 / 750 ml



White or Black  
550 / 750 ml



800 ml

## SOFT FLASK

Bidon flexible qui se compacte au fur et à mesure que vous buvez, pour minimiser les écoulements ou éviter que le liquide ne rebondisse à l'intérieur. Proposé dans différents formats, selon vos besoins.



500 ml



Wide  
500 ml



Wide  
300 ml



250 ml



200 ml

## CAP

**TRUCKER CAP** Casquette de camionneur de style américain. Avec devant en mousse ou patch américain. Dos en mesh et réglable avec snapback. Avec une visière incurvée pour le rendre plus confortable et pour vous protéger du soleil.



## RUNNING CAP

La casquette se caractérise par sa construction à 5 panneaux, sa légèreté et sa capacité à sécher rapidement. Il est 100% polyester et dispose d'une fermeture à sangle en nylon pour un meilleur ajustement à la tête.



## CYCLING CAP

La casquette cycliste Hydrzero est l'accessoire parfait pour vos longues balades à vélo. Coupe classique mais avec la touche de nos lignes colorées caractéristiques. Fabriqué avec du tissu MESH, respirant et antibactérien.



## HEADBAND

Bandeau en 96% microfibre et 4% Lycra, très élastique et confortable. Protection anti-UV à 95 %.



## HEADBAND CURLY

Bandeau 100% coton. Il absorbe la transpiration pendant le sport et repose confortablement sur votre tête.



## NECK WARMER

Tour de cou multifonctions, idéal pour les activités de plein air et pour se protéger du vent et du froid. À utiliser comme bonnet, cagoule, bandeau...



## BEANIE HAT

Article vraiment polyvalent qui peut être combiné avec une variété de looks. Le tissu dense légèrement élastique s'adapte parfaitement à la tête. Composition : 100% acrylique.



## ARM WARMER

Vêtement technique qui nous permet de nous protéger du froid et du vent. Il se distingue par sa légèreté, parfait pour l'entraînement et les compétitions. Idéal pour toutes les saisons de l'année.



## BELT TRAIL PRO

Ceinture porte-objets en lycra ultraléger. Il est réversible, vous avez donc une couleur différente par côté.

Il dispose de 6 poches pour ranger vos affaires lors de la course.

Il dispose de deux "porte-bâtons" en caoutchouc dûment conçus avec un silicone au milieu afin que les bâtons ne bougent pas horizontalement ou ne rebondissent pas.





**226ERS**

## T-SHIRT CORPORATE

Black / white    Grey / white  
Grey / Grey    Black/Black

**CORPORATE SMALL LOGO T-SHIRT:** T-shirt unisexe classique avec logo en blanc/noir. Vêtement frais, léger et très agréable à porter.



**CORPORATE BIG LOGO T-SHIRT:** T-shirt unisexe classique, avec logo noir/gris. Vêtement frais, léger et très confortable.





## CASUAL WEAR - SWEATSHIRT

■ Nordic Blue   
 ■ Off white   
 ■ Grey   
 ■ Grey / Grey

**CORPORATE PATCH LOGO JERSEY:** Sweat-shirt élégant, luxueux et confortable avec une encolure ronde. Le style de les coutures latérales assurent le meilleur ajustement. Etiquette textile sur la poitrine avec le logo.



**CORPORATE BIG LOGO JERSEY:** Sweat-shirt à col rond élégant, luxueux et confortable. Le style des coutures latérales assure le meilleur ajustement. Avec le logo sérigraphié gris.

**CORPORATE HOODED JERSEY:** Sweat gris unisexe avec poches sur les coutures latérales, intérieur cardé et logo gris.





226ERS

226ERS

FEEL GOOD ON DREAMS  
226ERS

RUC

# HYDRAZERO FLAG - RUN



**RUNNING TANK TOP, RUNNING T-SHIRT & RUNNING JERSEY:** Sweat-shirt à col rond élégant, luxueux et confortable. Le style des coutures latérales assure le meilleur ajustement. Avec le logo gris sérigraphié. Vêtements de sport idéaux pour le running et le trail running. Fabriqué avec un tissu bidirectionnel qui assure une expulsion totale de l'humidité. Il présente une coupe décontractée, avec une coupe latérale et une jupe arrière plus longue pour plus de confort.

En trois modèles différents, un t-shirt à manches courtes, un débardeur et un maillot à manches longues.

# HYDRAZERO FLAG - BIKE



**MAILLOT MANCHE COURTE ET MANCHE LONGUE:** il Maillot à manches courtes ou longues conçu pour les cyclistes à la recherche d'un vêtement polyvalent et chaud pour l'automne ou l'hiver. Fabriqué avec une matière Thermo dry qui protège du froid tout en étant respirante et légère. Le tissu avant est composé de tissu Fox 3 couches pour une protection supplémentaire contre le froid tout en agissant comme un coupe-vent. Il a des poignets coupés bruts en lycra anatomique de 300 g. Renforts de renfort et double couture sur les poches.

# CULOTTES- ESSENTIAL



**CULOTTE CARGO (1):** Culotte fini en lycra jauge 35. Modèle ergonomique entièrement réalisé avec des coutures plates anti-frottements. Vêtement spécialement conçu pour le gravel et le bikepacking, et très adapté aux longs parcours MTB. Avec 2 poches latérales et 2 poches arrière.

**CULOTTE BASIC (2):** Culotte fini en lycra jauge 35. Modèle ergonomique entièrement réalisé avec des coutures plates anti-frottements. Bretelles de confort extra-sèches Coolmax. Jambe finie en silicone grip de 7 cm. *Dolomiti Pads* chamois, couture zig-zag résistante et durable. Logo latéral avec vinyle élastique.



# HYDRAZERO STRIPES



**RUNNING T-SHIRT, RUNNING JERSEY & MAILLOT MANCHE LONGUE:** Vêtements d'athlétisme idéaux pour la course à pied et le trail, en manches courtes et manches longues. Fabriqué avec un tissu bidirectionnel qui assure une expulsion totale de l'humidité. Il présente une coupe décontractée, avec une coupe latérale et une jupe arrière plus longue pour plus de confort. Maillot à manches longues conçu pour les cyclistes à la recherche d'un vêtement polyvalent et chaud pour l'automne ou l'hiver.

# ESSENTIALS



**ESSENTIAL-XC JERSEY:** Pull à manches 3/4. Fabriqué avec un tissu anti-poussière très résistant et très confortable, à séchage rapide et respirant. Conçu pour le gravier, le bikepacking, le vélo d'enduro, le vélo de ville, le vélo électrique et le trailrunning. Il présente une poche invisible sur le côté pour pouvoir transporter vos barres et gels avec vous.

**XC WIND JACKET:** Veste coupe-vent ultralégère à manches longues. Vêtement très léger, polyvalent et confortable, idéal pour la course à pied, le trail, également adapté au gravier, au bikepacking, au vélo d'enduro, au vélo de ville et au vélo électrique.



**RUN SHORTS 3":** Short de sport de 3 pouces. Fabriqué avec des coutures latérales fendues pour améliorer la mobilité. Avec doublure et cordon de serrage réglable. Tissu en microfibre avec une touche de cachemire.

## HYDRAZERO BATH



**TOWEL :** serviette en micro-coton. Parfaite aussi bien pour les entraînements en intérieur qu'en extérieur. La serviette est en microfibrilles sur le dessus et en coton sur le dessous. Elle est donc douce au toucher, très absorbante et sèche rapidement.



**FLIP FLOPS** Fabriqué en PVC recyclé. Fabriqué avec une large sangle pour un meilleur maintien et qui l'empêche de se déformer avec le temps. Parfait pour les journées chaudes après l'entraînement.



**SWIM CAP:** Bonnet en silicone conçu pour nager avec un confort et un maintien absolus. Il est très extensible et résistant, ce qui le rend parfait pour l'entraînement et les compétitions.

# SOCKS



**Hydrazero black  
Sport socks**



**Hydrazero white  
Sport socks**



**Hydrazero Stripes  
Confort socks**

**SPORT SOCKS:** Chaussette en polyamide, très confortable et très respirante. Bande de renfort sur le cou-de-pied et renfort en éponge sur les orteils.

**COMFORT SOCKS:** Chaussette en polyamide. Avec bande de renfort sur le cou-de-pied. Il offre un plus grand confort grâce à sa plus grande surface éponge dans les zones d'appui et une meilleure ventilation.



**226ERS**

**226ERS**



# FACE MASK



FACE MASK-RACE EAR



FACE MASK-RACE



FACE MASK RACE - MOVISTAR EAR



FACE MASK RACE - MOVISTAR

**FACE MASK:** Masque homologué de haute qualité qui offre une protection et une résistance adaptées à un usage quotidien et à la pratique du sport. Il dispose d'une conception ergonomique avec des sangles élastiques pour s'adapter confortablement aux oreilles.

Fabriqué entièrement en Espagne, dans le respect des contrôles de prévention les plus stricts et avec le plus grand soin pour son utilisation, conformément à la norme Européen CWA 17553 y la especificación de la UNE 0065/2020. Ils ont une efficacité de filtration des aérosols > 92% et une efficacité de filtration des particules > 91% selon la norme UNE-EN 13274.

S H O P &

EVENTS





## ARCHE D'ARRIVÉE

Arche gonflable pour événements en extérieur. Dimensions de 4x7 m



## FLYBANNERS

2 tailles au choix:  
560 cm, 280 cm.

## CHAPITEAU

Chapiteau en vinyle de 3x3. Parois latérales en option pour pouvoir le fermer



## NAPPE

Nappe unie 180, avec imprimé.  
100 % polyester / 200 g.  
Dimensions : 182 x 75,2 x 29,2 cm



## COUVRE LES CLÔTURES

Support pour privilégier la sécurité de votre événement.

**226ERS**

FEEDYOUR  
DREAMS

**226ERS**

FEEDYOUR  
DREAMS



**226ERS**

FEED YOUR DREAMS

**226ERS**

**226ERS**

FEED YOUR DREAMS

**22**

**226ERS**  
FEED YOUR DREAMS

## CARDBOARD DISPLAY

### DEUX MODÈLES D'EXPOSANT:

Présentoir de sol : Fabriqué en carton et avec 6 étagères. Présentoir de table. Les deux ont des plateaux avec des renforts en nid d'abeille. Avec base anti-humidité.



AFFICHAGE DU TABLEAU



AFFICHAGE AU SOL

## CARDBOARD DISPLAY

### AFFICHAGE AU SOL

Fabriqué avec 5 étagères. Plateaux avec renforts double panneau abeille. Avec base anti-humidité. Le carton nid d'abeille est un matériau innovant avec une structure cellulaire hexagonale semblable à un nid d'abeille, il offre une grande résistance, est très léger, rigide et durable.





## VINYLES

Vinyle adhésif au verso, à mettre sur des portes ou des vitres.



## STIKERS

Autocollants disponibles dans 2 dimensions et 2 couleurs, 8 x 3 cm et un plus petit de 5,5 x 2 cm



## DÉPLIANTS

Format accordéon, avec toute la gamme de produits.





**Garmin TITAN DESERT**



**IRON MAN EUROPE**



**The Goods NON STOP MADRID-LISBOA**



**TRANSGRANCANARIA**



**CHALLENGE SPAIN**



**ZURICH MARATÓN DE SEVILLA**



**CAMÍ DE CAVALLS EPIC 360**



**ZEGAMA-AIZKORRI MARATOIA**



**MOVISTAR TEAM**  
UCI Pro team



**Wild Trail Project**  
Trail Running team



**DESAM TEAM**  
Triathlon team



**DRIVEX TEAM**  
Formula 4ship



**CD LUGO**  
Football team



**ANB**  
Triathlon team



**MANRESA BÀSQUET**  
Basketball team



**SCOTT**  
MTB bike



**ALEJANDRO KIM**



**CLEMENTE IGNON**



**DANI MATEO**



**DANIEL OSANZ**



**EMILIO AGUAYO**



**ENEKO LLANOS**



**ELENA LOYO**



**IVÁN ALVÁREZ**



**IVÁN RAÑA**



**JAVIER GÓMEZ NOYA**



**JAVIER GUERRA**



**JOSEP BETALÚ**



**JORGE MARTÍN**



**JUDITH CORACHÁN**



**JUTTA LEERDMAN**



**MARTA GALIMANY**



**MONICA PLAZA**



**PABLO VILLA**



**PAOLA ZAHONER**



**PATRICK LANGE**



**RAÚL CRIADO**



**SALETA CASTRO**



**SARA PÉREZ**



**TARIKU NOVALES**



**YAGO ROJO**

**226ERS**<sup>®</sup> | FEED YOUR  
DREAMS

**@226ERS**



8 436567 355055