

# H24 REBUILD STRENGTH



## Ingrédients :

Concentré de protéines de **lait**, concentré de protéines de lactosérum (dérivées du **lait**), fructose, saccharose, cacao maigre en poudre, L-glutamine, isolat de protéines de lactosérum (dérivées du **lait**), maltodextrine, arôme naturel, chlorure de sodium, correcteur d'acidité (citrate tripotassique), caséinate de calcium, triglycérides à chaînes moyennes, L-leucine, L-isoleucine, L-valine, L-ascorbate de sodium, épaississant (gomme guar), pyrophosphate ferrique, DL-alpha-tocophérol, D-pantothénate de calcium, chlorhydrate de pyridoxine, chlorhydrate de thiamine, riboflavine, D-biotine, cyanocobalamine. Conseil : pour les allergènes, voir les ingrédients en **gras**. **PEUT CONTENIR DU SOJA ET DE L'ŒUF**.

Veuillez-vous référer à l'étiquette du produit pour la liste des ingrédients et valeurs nutritionnelles à jour.

Informations nutritionnelles			
Portion : 5 cuillères doseuses (50 g)			
Nombre de portions par boîte : 20			
	Par 100 g	Par 50 g	% AJR*
Énergie	1609 kJ 380 kcal	805 kJ 190 kcal	-
Matières grasses	3.0 g	1.5 g	-
dont : acides gras saturés	1.6 g	0.8 g	-
Glucides	36 g	18 g	-
dont : sucres	34 g	17 g	-
Fibres	1.5 g	0.8 g	-
Protéines	51 g	25 g	-
Sel	1.2 g	0.6 g	-
VITAMINES ET MINÉRAUX			
Vitamine E	9.1 mg	4.6 mg	38 %
Vitamine C	160 mg	80 mg	100 %
Thiamine	0.84 mg	0.42 mg	38 %
Riboflavine	1.1 mg	0.53 mg	38 %
Vitamine B6	1.1 mg	0.53 mg	38 %
Vitamine B12	1.9 µg	0.95 µg	38 %
Biotine	38 µg	19 µg	38 %
Acide pantothénique	4.6 mg	2.3 mg	38 %
Iron	13 mg	6.3 mg	45 %
ACIDES AMINÉS			
L-Leucine	2600 mg	1300 mg	-
L-Glutamine	3400 mg	1700 mg	-
L-Valine	3000 mg	1500 mg	-
L-Isoleucine	3000 mg	1500 mg	-

\* Apports journaliers recommandés

## Sport, Forme & Vitalité

Boisson de récupération à base de protéines, à prendre après un entraînement anaérobie.\*

### APPORTS ESSENTIELS

- A consommer après un entraînement anaérobie.
- Contient 190kcal par portion
- Contient 25 g de protéines qui contribuent à augmenter et maintenir la masse musculaire.
- Le fer contribue à un métabolisme énergétique normal, à la formation normale des globules rouges et au transport normal de l'oxygène dans l'organisme.
- Sans colorants, arômes ou édulcorants artificiels.
- La caséine et les protéines de petit-lait sont deux protéines de haute qualité issues du lait et reconnues pour leur teneur importante en acides aminés<sup>1</sup>.

Substances interdites testées : Le programme d'assurance qualité Informed-Sport certifie qu'un échantillon du lot duquel ce produit est issu a été testé par LGC, laboratoire de contrôle antidopage sportif de renommée internationale. Celui-ci n'a relevé aucune substance non autorisée. Plus d'informations sur [www.informed-sport.com](http://www.informed-sport.com)

### Références :

1. Jäger et al. Position de la Société Internationale de Nutrition Sportive : protéines et activité physique. Journal de la Société Internationale de Nutrition Sportive (2017)14:20.

\* Contient 18 g de glucides, qui contribuent à la récupération d'une fonction musculaire normale après un effort physique très intense et prolongé occasionnant une fatigue musculaire et une diminution des réserves de glycogène dans les muscles squelettiques.

### QUI A BESOIN DE REBUILD STRENGTH ?

- Toute personne après une séance de musculation.
- Des athlètes de CrossFit après un entraînement.
- Les sportifs voulant développer leur masse musculaire.
- Toute personne ayant un besoin élevé en protéines.

### CONSEILS D'UTILISATION

Mélangez cinq cuillères doseuses rases (50 g) à 250 ml d'eau. Secouer énergiquement. A consommer dans les 30 minutes qui suivent l'exercice anaérobie.

Profitez de ce produit dans le cadre d'un régime alimentaire varié et équilibré, et d'un mode de vie sain et actif.

Votre Distributeur Indépendant Herbalife :