

Nummer 44 höst/vinter 2010



HERBALIFE®

Näring för ett bättre liv.

Två varumärken i världsklass samverkar*



*Se sidan 30

Din guide till en hälsosam och aktiv livsstil

Herbalife program för ett sunt och aktivt liv

Grunden i Herbalifes filosofi är att inspirera folk till att göra positiva förändringar av sina måltidsvanor, förbättra sitt allmänna välbefinnande och få en sund och aktiv livsstil. Grunden till detta är ett gott näringsintag tillsammans med regelbunden motion, vila och avkoppling.



• **Ett gott näringsintag som kommer från en balanserad och varierat kost som innehåller rätt balans och nivå av makro- och mikronäringsämnen för att passa individens behov och livsstil (ålder, kön, skede i livet, vikt, kroppssammansättning, aktivitetsnivå och metabola hastighet) samt personliga mål:**

1. Kontrollera vikten, hålla vikten eller gå upp i vikt
2. Hälsosamt näringsintag för allmän vitalitet
3. Mål med idrott och motion

• **Balanserade och näringsriktiga måltider och mellanmål av rimlig storlek under dagens lopp hjälper till att reglera energinivåerna och fylla på med näringsämnen**

• **Minst fem och helst sju portioner med färgrika frukter och grönsaker varje dag för att få näringsmässiga och antioxiderande fördelar**

• **Tillräckligt vätskeintag, 2-2,5 liter vatten om dagen**

• **Regelbunden motion, vila och avkoppling inklusive 30 minuters måttlig till intensiv motion om dagen (5 dagar i veckan) och minst 7 timmars kvalitetssömn varje natt**



4 Gör det enkelt att få ett hälsosamt näringsintag

Tycker du att det är svårt att veta vad som är hälsosamt och vad som inte är det? Herbalife gör det enklare att fatta hälsosamma näringsbeslut varje dag.

10 Kärnprodukter

Oavsett vilka mål du har för ditt välbefinnande är det viktigt att börja med grundläggande produkter som kan hjälpa dig att nå hela vägen fram.

18 Kompletteringsprodukter för viktkontroll

Ett viktkontrollprogram från Herbalife® är skräddarsytt med produkter som kan ge resultat.

30 Sport, energi & motion

Energigivande produkter, perfekta för aktiva människor. Herbalife i aktion: Sponsringar världen över.

36 Målinriktad näring

De målinriktade näringsprodukterna från Herbalife® hjälper dig att nå välbefinnande genom att ge kroppen just det näringsstöd som den behöver.

40 Yttre näring

Precis som resten av kroppen behöver huden och håret näring. Produkterna för yttre näring från Herbalife® innehåller vitaminer och örtextrakt som ger näring åt kroppens utsida.

54 Tillbehör

Viktiga tillbehör som har tagits fram för att underlätta livet. Sortimentet innehåller förvaringsbrukar, askar, shakers och mycket mer!

56 Fördelen med Herbalife

Herbalife är i framkant när det gäller forskning och innovation och vi ger också tillbaka till lokalsamhällena världen över genom Herbalife Family Foundation samtidigt som vi erbjuder dig en unik affärsmöjlighet.

Förvirrad?

Vad BORDE jag äta?

Vad behöver kroppen?

Hur får jag i mig de näringsämnen jag behöver varje dag från rätt mat?

“Alla är inte dåliga”

”högt intag av mättade fetter är dåligt för hälsan”

”begränsa intaget av enkla kolhydrater”

Nutrition			
Typical values	Per 100ml	Guideline daily amounts	
		Women	Men
Energy	201kJ 47kcal	2000	2500
Protein	0.5g	45g	55g
Carbohydrate	10.5g	230g	300g
of which sugars	10.5g	90g	120g
Fat	0.1g	70g	95g
of which saturates	Nil	20g	30g
Fibre	Nil	24g	24g
Sodium	Nil	2.4g	2.4g
equivalent as salt	Nil	6g	6g
Vitamins & minerals % RDA			
Vitamin C	25mg	417%	
RDA means recommended daily allowance.			

Ingredients			
Milk (91%), Sugar, Salt, Barley Malt Extract, Emulsifier (Milk and Di-Glycerides of Fatty Acids), Nicotin, Vitamin E, Iron, Pantothenic Acid, Vitamin B ₁ , Vitamin B ₂ , Vitamin B ₆ , Folic Acid, Vitamin B ₁₂ .			
Nutrition			
	100g	100g	100g
Energy	1299kJ	349kJ	1299kJ
Protein	8.3g	6.7g	8.3g
Carbohydrate	43.2g	35.5g	43.2g
of which sugars	6.1g	5.1g	6.1g
of which saturates	0.1g	0.1g	0.1g
Fibre	0.1g	0.1g	0.1g
Sodium	0.1g	0.1g	0.1g
Salt equivalent	0.1g	0.1g	0.1g
*Sustained daily amounts			
Vitamins			
	100g	100g	100g
Vitamin E	10.0mg (100% RDA)	1.0mg (11% RDA)	10.0mg (100% RDA)
Thiamine (B ₁)	1.0mg (100% RDA)	0.1mg (11% RDA)	1.0mg (100% RDA)
Riboflavin (B ₂)	1.0mg (100% RDA)	0.1mg (11% RDA)	1.0mg (100% RDA)
Niacin	10.0mg (100% RDA)	1.0mg (11% RDA)	10.0mg (100% RDA)
Vitamin B ₆	2.0mg (100% RDA)	0.2mg (20% RDA)	2.0mg (100% RDA)
Folic Acid	200.0µg (100% RDA)	20.0µg (20% RDA)	200.0µg (100% RDA)
Vitamin B ₁₂	1.0µg (100% RDA)	0.1µg (10% RDA)	1.0µg (100% RDA)
Pantothenic Acid	5.0mg (100% RDA)	0.5mg (10% RDA)	5.0mg (100% RDA)
RDA = Recommended Daily Allowance			

”vissa fetter är essentiella”

Each 40g serving contains:			
Calories	195	8.0g	13.7g
Protein	8.0g	1.5g	0.3g
Carbohydrate	43.2g	6.1g	0.1g
of which sugars	6.1g	5.1g	0.1g
of which saturates	0.1g	0.1g	0.1g
Fibre	0.1g	0.1g	0.1g
Sodium	0.1g	0.1g	0.1g
Salt equivalent	0.1g	0.1g	0.1g

nutrition information	
Typical Values	per 100g
Energy	2027 kJ / 487 kcal
Protein	8.5g
Carbohydrate	39.2g
of which Sugars	20.1g
Fat	34.2g
of which Saturates	3.7g
Fibre	12.7g
Sodium	0.3g
Equivalent as Salt	1.0g

Herbalifes lösning

Herbalife gör det mindre förvirrande och enklare att få i sig rätt näring varje dag

Vår bästsäljande Formula 1-shake innehåller de makro- och mikronäringsämnen som du behöver i rätt mängder.

Herbalifes kärnprodukter:

Formula 1 + Formula 2 + Fiber- och örttabletter = kan tillföra 100% av minimum rekommenderat dagligt intag av mikronäringsämnen.

Plus att Formula 1 innehåller alla nödvändiga makronäringsämnen som behövs i en komplett måltid.



Gör hälsosam näring enklare

Formula 1 shake + mellanmjölk = 220 kcal

Tillsatt färsk frukt för att få i dig ännu mera nyttiga vitaminer, mineraler, fytonäringsämnen och fibrer.

Mer **A-VITAMIN** än i en mango



Mer **C-VITAMIN** än i en banan



Mer **PROTEIN** än i 62 g kycklinglår



Mer **KOSTFIBER** än i 50 g broccoli

Mer **JÄRN** än i 115 g bönor



Mer **KALCIUM** än i 200 g yoghurt



“Herbalife har tagit fram en framgångsväg som alla kan slå in på. Det enda vi behöver göra är att inte avvika från vägen”

Egill Vignisson

“Jag har upplevt att min träningsaktivitet har genomgått stora förändringar sedan jag började använda Herbalifes produkter, t.ex. näringstillskotten, och därför rekommenderar jag dem till alla jag möter.”

Egill Vignisson funderade aldrig över vad han åt, men så en dag insåg han att han inte längre var en ung man i god form. Under årens lopp hade han lagt på sig flera extrakil och helt och hållet slutat upp med att motionera och träna. Efter att ha hört några av Herbalifes framgångshistorier tog han chansen att återvinna sin hälsa. Han tyckte om Formula 1:s smak, och det tog inte mer än två månader för honom att nå idealvikten.

Efter att ha hållit idealvikten i nästan två år började Egill känna att han ville göra något mer. Han började gå på gym och efter ett par månader upptäckte han att kroppen hade börjat ändra form. Resultaten förbluffade, men samtidigt insåg han att han inte utnyttjade kroppens maximala kapacitet när det gällde energi och kraft. Det var skälet till att han började lära sig kampsporten taekwondo. I dag har han tränat taekwondo i fyra år. “För att göra en lång historia kort har jag tävlat i många lokala turneringar och vunnit de flesta”, säger Egill.

I februari i år nådde han ett av sina mest svåruppnådda mål. Efter två månaders fokuserad träning vann han sin klass i isländska mästerskapen i taekwondo. “Jag hade inte kunnat drömma om att jag skulle bli isländsk mästare i någon idrott över huvud taget för några år sedan, men nu har det hänt.”

Egills rekommendation till alla som vill få ut mer av livet är att sikta högt och våga drömma stora drömmar. “Herbalife har tagit fram en framgångsväg som alla kan slå in på. Det enda vi behöver göra är att inte avvika från vägen”, säger Egill.



Näringsprodukter för vardagen

Kärnprodukter

Oavsett vad din dag bjuder på för utmaningar hjälper Herbalifes kärnprodukter dig att få en hälsosam och näringsrik kost som ger energi. Formula 1-serien av shakes är sammansatta av ledande experter och forskare inom näringsvetenskap och kan användas av alla. Oavsett om dina mål är viktkontroll eller att behålla ett hälsosamt näringsintag har Formula 1-shakes gett miljontals människor resultat som de är stolta över.

Formula 1 kan hjälpa dig att få en hälsosam och balanserad kost genom att ge kroppen de essentiella näringsämnen som den behöver i kombination med Formula 2 Multivitamin komplex och Fiber- och örttabletter. Herbalife kärnprodukter innehåller hela dagsbehovet av vitaminer och mineraler och stöder ett hälsosamt intag av kostfibrer.

Om du inte har tid att förbereda en läcker shake eller om du är i farten – hoppa inte över en måltid. Ta en Formula 1 Express bar i vetskap om att du får i dig rätt balans av essentiella näringsämnen för att skapa en hälsosam måltid.

Förstå näringscirkeln

Herbalifes näringscirkel visar dig hur våra produktserier kan passa in i ett hälsosamt och aktivt liv.

Börja med Herbalifes kärnprodukter i cirkelns mitt. Det här är kärnprodukter som passar alla och utgör grunden för ett balanserat näringsintag. Beroende på din livsstil och ditt kön finns det även ett sortiment med produkter för målinriktad näring. Vi har också specifika produkter för energi, idrott och motion samt kroppsvårdsprodukter för yttre näring. Alla Herbalifes produkter har utvecklats för att stödja en hälsosam och aktiv livsstil.



En hälsosam, näringsrik måltid i ett glas

Formula 1-shakes

Den prioriterade måltidsersättningen för många. Formula 1-shakes har inte bara en bra balans av essentiella näringsämnen för att skapa en näringsmässigt balanserad måltid, de kan också skraddarsys för att passa dig. Lägg till dina favoritfrukter, nötter eller yoghurt och skapa ett helt nytt shakerecept. Komplettera med Formula 3 PPP för att få extra protein. Du bestämmer själv!

- Det är bevisat att Formula 1 är effektiv för att både kontrollera och hålla vikten i kombination med en hälsosam och aktiv livsstil
- Kalorikontrollerad: Innehåller färre än 220 kcal per shake för att göra det enkelt att hålla koll på det dagliga kaloriintaget
- Innehåller en balanserad kombination av sojaprotein och vegetabiliska kolhydrater som kan hjälpa till att ge en längre mättnadskänsla och bevara energinivåerna som en del av ett viktkontrollprogram eller för ett hälsosamt näringsintag
- Har ett högt innehåll av viktiga vitaminer och mineraler som hjälper dig att få i dig rekommenderat dagligt intag (RDI)

Formula 1 i burk finns i sex läckra smaker.

Vanilj	#0141
Choklad	#0142
Jordgubb	#0143
Tropisk frukt	#0144
Cappuccino	#1171
Cookies & Cream	#0146

Portionspåsar säljs i förpackningar om sju i varje:

Vanilj	#2653
--------	-------

Sunda Fakta

Intag av minst 25 g soja protein per dag som en del av kost med låg halt av mättat fett kan bidra till en god hälsa.



Kliniska försök: Resultat med F1-shakes

En studie bekräftade att när Herbalife F1-shakes och Formula 3 PPP användes som en del av en kost med högt proteininnehåll var denna diet mer effektiv på att kontrollera vikten än att bara begränsa kaloriintaget som en del av en vanlig kost.

Är du i farten? Har du ingen mjölk tillgänglig?

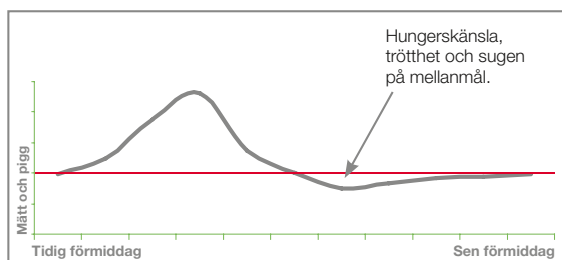
Oroa dig inte, ta en F1 Express måltidsbar (se sidan 15)

Vad äter du till frukost?

En sund frukost sätter igång ämnesomsättningen och ger dagen en rivstart. Frukosten måste vara näringsrik och balanserad så att den ger tillräckligt med energi till dagens utmaningar. Men på grund av vår stressiga livsstil äter de flesta av oss ingen bra frukost. Och när vi väl äter frukost får vi ofta i oss mat med ett högt innehåll av enkla kolhydrater som vitt bröd och sockrade flingor – eller så äter vi inget alls. Båda delar har hälsomässiga nackdelar.

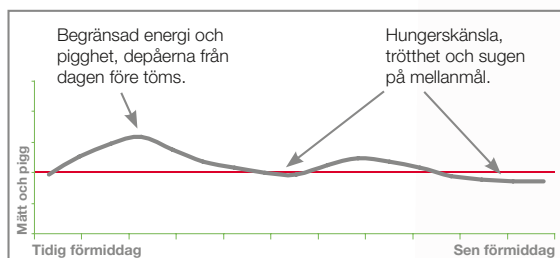
Frukost baserad på enkla kolhydrater

Att äta enkla kolhydrater på morgonen som exempelvis frukostflingor med raffinerat socker, vitt bröd och kakor ger dig en kort energikick och mättar hungern, men effekten varar inte. Inte nog med att du får en svacka i energinivåerna, du går också miste om alla de övriga näringsämnen som kroppen behöver för att fungera som den ska som protein, kostfibrer, vitaminer och mineraler. Resultatet blir att du snabbt känner dig trött, tappar koncentrationen och känner dig hungrig igen före lunchen – och du får ett sug efter fler kolhydrater. Om du ger efter blir det en ond cirkel!



Ingen frukost alls

Om du inte känner dig hungrig på morgonen eller om du inte har tid att äta frukost försöker kroppen tömma sina depåer med näringsämnen och vätska för att fungera, men dessa har förbrukats under natten. Om du inte äter något känner du dig ofta trött och hungrig, och du börjar småäta på sockerrik mat som choklad, kex, eller sötat kaffe för att hitta energi. Det här blir också en ond cirkel som påverkar vikten och välbefinnandet över tiden.



Vad rekommenderar näringsspecialisterna?

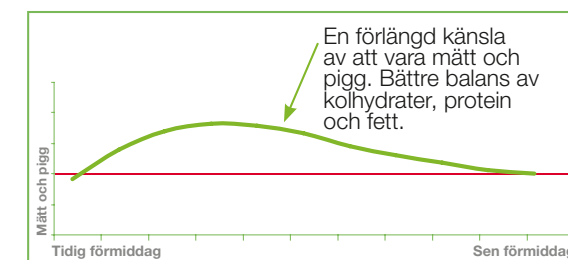


"Börja dagen med en bra källa till sammansatta kolhydrater som fullkornsbröd eller müsli utan tillsatt socker för att hjälpa till att bevara energinivåerna. Protein hjälper dig att få en längre mättnadskänsla, men man behöver mer än bara ett glas mjölk eller lite yoghurt för att få i sig tillräckligt. Fukt ger nyttiga vitaminer och mineraler som ger dig en bra start på dagen. Om du vill ha en frukost som ger rätt mängd av makro- och mikronäringsämnen ska du testa Herbalifes kärnprodukter: Formula 1-shakes, Formula 2 Multivitaminkomplex och Fiber- och örttabletter."

Luigi Gratton, fil. mag., utbildningsdirektör inom näringsområdet, Herbalife

Kroppen behöver en balanserad och näringsmässigt komplett frukost

Herbalifes kärnmatning är en idealisk start på dagen: Hälsosamt, näringsrikt och energiberikande! Formula 1 shakes innehåller en balanserad kombination av protein, komplexa kolhydrater, vitaminer och mineraler - Formula 1 är snabb att tillreda, har delikat smak och den är mångsidig. Tillsätt Formula 2 Multivitaminkomplex och Fiber- och örttabletter och du kan uppnå 100% av rekommenderat dagligt intag av mikronäringsämnen.



När du är i farten



Formula 1 Express måltidsbar

Även om du är i farten och inte har tid att göra din favoritshake på Formula 1 behöver du inte gå miste om en hälsosam måltid.

Ta med dig en F1 Express hälsosam måltidsbar.

Den är både god, praktisk och innehåller massor av näringsämnen som kroppen behöver som t.ex. kostfibrer, vitaminer och mineraler. En sund och balanserad måltid med färre än 210 kcal, perfekt när du är på farten men ändå vill hålla koll på det dagliga kaloriintaget.

Testa nya smaken Röda frukter och yoghurt – en fräsch och fruktig smaksensation!

Hälsosam måltid för dig som är i farten

- Innehåller de essentiella näringsämnena som krävs för att få en sund måltid när du är i farten
- Högt innehåll av kostfibrer och sojaprotein, vilket ger en jämn energinivå som hjälper dig att få en längre mättnadskänsla
- Innehåller essentiella vitaminer och mineraler som hjälper dig att få i dig det rekommenderade dagliga intaget (RDI)
- Lämplig för vegetarianer
- Lågt glykemiskt index (GI)

Förpackningen innehåller 7 bars

Choklad #2669

Röda frukter och yoghurt #2670



Var noggrann med att ta **Formula 2** och **Fiber- och örttabletter** för att uppnå din kärnärning och för hjälpa till att uppnå 100% av det rekommenderade dagliga intaget av vitaminer och mineraler. Ge din kropp vad den behöver för att fungera som bäst.

Formula 2 Multivitamin-komplex

- Innehåller över 17 vitaminer och mineraler som är viktiga för balanserad näring
- Innehåller kalcium och D-vitamin som gynnar benstomme och zink som stödjer immunsystemet
- Innehåller B-vitaminer som stödjer energiomsättningen
- Antioxiderande C- och E-vitaminer skyddar kroppens celler mot skador som orsakas av fria radikaler

90 tabletter #3122

Fiber- och örttabletter

- Ett kosttillskott som hjälper dig att öka det dagliga intaget av kostfibrer för att stödja matsmältningen
- Innehåller en hög halt av lösliga kostfibrer som hjälper kroppen att transportera bort slaggämnen och gifter
- Förbättrar din matsmältning när den används tillsammans med Herbalife Formula 1-shakes

180 tabletter #3114

Sunda fakta

Forskning visar att 80 procent av alla människor inte får i sig det rekommenderade dagliga kostfiberintaget på minst 24 gram. Ett kosttillskott, tillsammans med kostfibrer från livsmedel som frukt och grönsaker samt fullkornsprodukter, kan hjälpa dig att öka intaget så att din matsmältning fungerar bättre.



"Herbalife har hjälpt mig få större självförtroende för mitt utseende och mitt liv har blivit mycket mer spännande sedan jag började fylla på med energi från Herbalife!"

Iain Grant, Storbritannien

"Jag heter Iain Grant och jag bor i Glasgow. När jag fyllde 27 hade min vikt och mitt midjemått nått en ofantlig nivå. Jag hoppade över frukosten och åt sedan snabbmat, osunda mellanmål och drack läsk för att ta mig igenom dagen. Jag var väldigt inaktiv, min favoritsyssla vara att sitta i soffan med en öl i handen. Jag kände mig ständigt trött och osund och jag hade extremt dåligt självförtroende för min vikt. Jag hade alltid pösiga kläder på mig för att dölja min kropp och var helt omotiverad att motionera."

Men så visade en familjemedlem mig Herbalifes produkter. Jag såg vilka fördelar hon fick och bestämde mig för att förändras. Jag började använda kärnprodukterna som måltidsersättning vid frukost och lunch och njöt av en mycket hälsosammare måltid på kvällen. Det var enkelt att genomföra, trots att jag arbetade på en byggarbetsplats som snickare, och det dröjde inte länge förrän jag började kontrollera vikten och må mycket bättre. Det motiverade mig till att få bättre kondition och bli mer aktiv.

I dag lever jag ett helt annat liv. Jag är nu 39 år och har hållit vikten i schack i mer än tio år tack vare min nya och hälsosammare livsstil. Jag har dessutom satsat seriöst på min idrott. Min passion är cykling och duathlon – och med åren har jag blivit mer och mer seriös. Jag tävlar både lokalt, nationellt och nu till och med internationellt. Nyligen representerade jag Storbritannien i amatörklassen i VM i duathlon. Jag hade aldrig kunnat drömma om att det här skulle kunna hända mig!

Resultaten är inte garanterade. Resultaten varierar från person till person. Herbalife® viktkontrollprogram kan enbart hjälpa till att kontrollera vikten som en del av en kalorikontrollerad kost.



Håll dig på rätt spår med kompletteringsprodukter för viktkontroll

När du har nått dina mål och kontrollerat vikten är nästa steg att hålla den!

Gör det till en vardagsvana att ha ett hälsosamt näringsintag. Herbalifes produkter för viktkontroll ger dig all hjälp du behöver.

Upptäck vad som är rätt för dig:

- Hälsosamma mellanmål
- Extra protein för att skräddarsy intaget
- Kalorikontrollerade varma och kalla drycker
- Ett brett urval av kompletteringsprodukter som hjälper dig med de extra utmaningarna som förknippas med viktkontroll

Visste du att...?

Det tar ungefär **21 dagar** att skapa en vana. Mer tid än så behöver du inte för att skapa en hälsosam vana – och resultaten kan vara hela livet!



Måltidsplaner

Grundläggande måltidsplan för viktkontroll – 2 shakes om dagen

- Ät fem små måltider varje dag, varav två Formula 1-shakes
- Genom att äta fem små måltider om dagen kan du undvika att äta för mycket

Frukost:
F1-shake



8.00

Mellanmål, förmiddag:
En frukt



11.00

Lunch:
F1-shake eller F1 Express måltidsbar



1.00

Mellanmål, eftermiddag:
En frukt eller ett Proteinsnacks



3.00

Totalt kaloriintag:
1500 kcal

Middag:
En hälsosam och balanserad måltid



6.00

Kom ihåg att dricka 2–2,5 liter vatten under dagens lopp som en del av din viktkontroll eller hälsosamma måltidsplan.

Om du inte kan göra en läcker Formula 1-shake för att du är ute och rör på dig, kan du ha en Formula 1 Express måltidsbar i väskan så att du aldrig behöver vara utan en hälsosam, balanserad och välsmakande måltid.

Grundläggande måltidsplan för hälsosam näring – 1 shake om dagen

- Ät fem små måltider varje dag, varav två Formula 1-shakes
- Genom att äta fem små måltider om dagen kan du undvika att äta för mycket

Frukost:
F1-shake



8.00

Mellanmål, förmiddag:
En frukt och en handfull nötter



11.00

Lunch:
En hälsosam och balanserad måltid



1.00

Mellanmål, eftermiddag:
En frukt eller ett Proteinsnacks



3.00

Totalt kaloriintag:
2000 kcal

Middag:
En hälsosam och balanserad måltid



6.00



Återuppliva & förfriska dig

Instant örtte

Hjälper till att stödja den mentala aktiviteten.

- Hjälper till att bevara och förbättra vakenheten
- Innehåller cirka 6 kcal per portion
- Uppfriskande oavsett om du dricker den varm eller kall

Original 100 g	#0106
Original 50 g	#0105
Citron 50 g	#0255
Hallon 50 g	#0256
Persika 50 g	#0257

Återställ vätskebalansen

Uppfriskande Aloe dryck

Herbal Aloe örtkoncentrat

- Innehåller 40 % aloe vera-gel från aloe-plantans blad
- Herbal Aloe örtkoncentrat tillsätts till vatten och ger en uppfriskande smak som kan få dig att dricka mer vatten, vilket hjälper dig att få i dig det rekommenderade dagliga vätskeintaget på 2 till 2,5 liter om dagen
- Med citron som ger en uppfriskande smak

240 ml #0025

Visste du att...?

Dålig vätskebalans kan orsakas av ett obalanserat elektrolyttintag. Dålig vätskebalans kan i sin tur sätta igång kroppens försvarsmekanismer vilket gör att vätska lagras i fettvävnaden. Vävnaden blir full av ackumulerad vätska och slaggämnen.



Få energi och en längre mättnadskänsla

Protein är ett essentiellt näringsämne som spelar en viktig roll när man vill hålla vikten och få ett gott välbefinnande, men spelar även in när det gäller viktkontroll, uppbyggnaden av mager muskelmassa, musklernas återhämtning och stöd av benstommen.

Få ut så mycket som möjligt av proteinet genom att skräddarsy proteinintaget så att det passar dina individuella behov och vikt mål. Om du vill kontrollera eller gå upp i vikt kan protein hjälpa dig att få en längre mättnadskänsla och ge dig energi under dagen.

Du hittar protein i exempelvis magert rött kött, kyckling, kalkon, fisk, tofu, soja eller proteintillskott.



Formula 3 Personligt proteinpulver

- Komplettera din Formula 1-shake med Personligt proteinpulver för att skräddarsy proteinintaget
- Varje portion innehåller 5 g protein
- Bidrar till att ge en längre mättnadskänsla vilket hjälper dig att nå dina viktkontrollmål
- Hjälper till att bygga upp mager muskelmassa tillsammans med ett träningsprogram

240 g burk #0242

Proteinsnacks

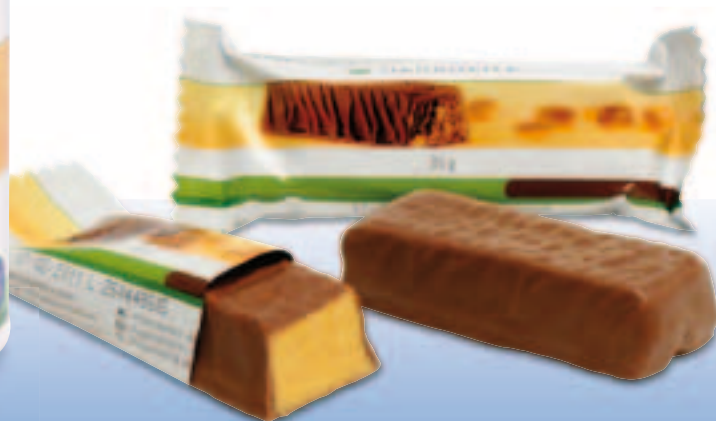
- Njut av dessa goda proteinsnacks som ett näringsrikt mellanmål – innehåller bara cirka 140 kcal per snack
- Kombinationen av sojaprotein och kolhydrater ger en jämn frisättning av energi
- Högt innehåll av B-vitamin som bidrar till att frigöra energin från fetter och kolhydrater

Varje förpackning innehåller 14 snacks.

Vanilj mandel #0258

Choklad jordnöt #0259

Citrus citron #0260



Proteinberäknaren är ett enkelt och lättanvänt verktyg som hjälper dig att beräkna index för kroppsmassa (BMI), hur mycket protein du bör äta varje dag och ger rekommendationer på en måltidsplan som är bra för dig.

Be din Herbalife-coach att förklara hur den fungerar.

Visste du att...?

Kött är en bra proteinkälla men kan ibland ha en hög andel mättat fett. Se till att du väljer magra bitar och skär bort synligt fett.



Kliniskt försök: Bättre viktkontroll

Formula 3 PPP användes vid Ulms universitet i ett kliniskt försök som undersökte effekten av ett extra proteintillskott i kosten. Resultaten visade att deltagarna hade kontrollerat vikten effektivare jämfört med dem som åt en vanlig proteinrik kost.

Förbättra dina resultat

Effektiv viktkontroll handlar om att styra vad och hur mycket du äter. Men det handlar också om att ha en hälsosam kropp, vilket kan bidra till att förbättra dina resultat.

Nutrition Active

Hjälper till att omvandla maten till energi.

- En B-vitaminkälla som hjälper till att omvandla mat till bränsle och hjälper till att stödja energiomvandlingen
- Innehåller den essentiella spårmineralen koppar som stödjer energiproduktionen

90 kapslar #0104



Cell-U-Loss

Hjälper kroppen att återfå sin normala vätskebalans.

- Innehåller kalium som bidrar till att ge balans mellan vätska och elektrolyter
- Innehåller magnesium som är nödvändigt för elektrolytbalansen
- Skapad för att hjälpa till att återställa kroppens naturliga vätskebalans när den tas tillsammans med ett generöst vätskeintag på minst två liter om dagen

90 tabletter #0111



Thermo Complete

En uppiggande koffeinhaltig produkt.

- Innehåller en blandning av koffein från grönt te, koffeinpulver, yerba mate och kakaopulver som hjälper till att förbättra koncentrationen och den mentala vakenheten
- Innehåller koffein som bidrar till att ge dig en energisk känsla

90 tabletter #0050



Lipobond

Stödjer matsmältningen.

- Lipobond innehåller lösliga och olösliga kostfibrer som i kombination med andra kostfibrer hjälper kroppen att få i sig så mycket kostfiber som den behöver
- Hjälper kroppen att bryta ner maten vid matsmältning och hjälper även till med att absorbera näringsämnen

90 tabletter #0112



Som du vill ha det!

Skräddarsydda lösningar

Det spelar ingen roll om du vill kontrollera vikten, få lite mer energi i vardagen eller bara förbättra ditt allmänna välbefinnande – Herbalife har lösningen för dig.

Vi har skapat två program som kan hjälpa dig att slå in på vägen mot bättre hälsa och välbefinnande:

Grundläggande Wellness-program

"Börja dagen på rätt sätt"

Perfekt för dig som är hälsomedveten men inte alltid har tid att tillaga tre hälsosamma måltider när livet är stressigt. Vetenskapligt sammansatt för att ge ett lika balanserat näringsintag som en komplett måltid. Programmet innehåller:

- Sojaprotein
- Hälsosamma kolhydrater
- Många olika essentiella vitaminer och mineraler

Försök att ersätta en måltid om dagen med en god Formula 1-shake. Eller komplettera ditt dagliga intag av te eller kaffe med Thermojetics® Instant örtdryck som är en uppiggande dryck.

- **Formula 1-shake måltidsersättning**
- **Formula 2 Multivitaminkomplex**
- **Instant örtdryck – originalsmak 50 g**



Startprogram viktkontroll

Ett effektivt startprogram för att kunna nå ditt viktmål.

Programmet har skapats för att passa just dina behov och fungera i harmoni med din kroppssammansättning. Dessutom kan du skapa ett skräddarsytt program som passar dig. Två shakes om dagen kan hjälpa dig att kontrollera vikten effektivt, medan en shake om dagen hjälper dig att hålla vikten och ge långvariga resultat.

- **2 st. Herbalife Formula 1-shakes som måltidsersättning (1 vaniljsmak plus valfri smak)**
- **Formula 2 Multivitaminkomplex**
- **Instant örtdryck – originalsmak 50 g**

Herbalifes viktkontrollprodukter är avsedda att användas som en del av en balanserad och varierad kost, tillsammans med regelbunden fysisk aktivitet och ett tillräckligt vätskeintag.



Herbalife viktkontrollprodukter är avsedda att användas som en del av en balanserad och varierad kost kompletterat med regelbunden motion och ett tillräckligt vätskeintag.

Backa upp din potential

Herbalife förstår att vätskebalans, energi och återhämtning är viktiga faktorer vid idrott och motion.

Oavsett om du bara motionsidrottar eller om du är proffsidrottare har Herbalifes sortiment med produkter för energi, idrott och fitness något som ger såväl kropp som sinne extra bränsle.

Visste du att...?

?

Så lite som 2 procents vätskeförlust eller måttlig vätskebrist under ett motionspass kan försämra prestationen betydligt. Vill du prestera på topp räcker det inte med bara vatten.

Leo Messi Foundation och Herbalife samarbetar med att stötta barn världen över.

Energi för kroppen

Två viktiga faktorer gör att du presterar på topp: energi och vätskebalans.

Herbalife H³O Pro™ har utvecklats av experter och är en innovativ isoton dryck som hjälper dig att få energi, återställa vätskebalansen och känna dig fräsch.

- **Snabb återställning av vätskebalansen** – ersätter essentiella elektrolyter som natrium och magnesium för att hjälpa dig att undvika de negativa fysiska effekterna av vätskebrist
- **Ger omedelbar och oförminskad energi** – kolhydrater som isomaltulos frigör energi jämnare, vilket medför att "toppar och dalar" i energinivåerna undviks
- **Absorption** – fem energifrigörande B-vitaminer hjälper kroppen att absorbera näringsämnen i H³O Pro™ så att du ska kunna prestera på topp
- **Antioxidantkydd** – C- och E-vitaminer hjälper till att skydda kroppen mot de skador som fria radikaler kan orsaka vid ansträngande träning eller idrott
- **Uppfriskande, subtil och välsmakade** med en touche av citron
- **Inga artificiella sötningsmedel, smakämnen eller konserveringsmedel** betyder att H³O Pro™ är ett naturligt alternativ att dricka före och under motions- och idrottsaktivitet.

10 påsar per förpackning #2646



Energi för sinnet



N.R.G, naturligt guarana

Innehåller koffein för att hjälpa till att minska mental utmattnings.

- Guarana är en buske från Sydamerika som har använts i århundraden av indianerna tack vare dess innehåll av koffein som hjälper dig att bli pigg och minska mental utmattnings.
- Guarana kan hjälpa till att bibehålla kroppens normala kraft och koncentrationsförmåga

60 tabletter #0124



Lift Off® brusande energidryck

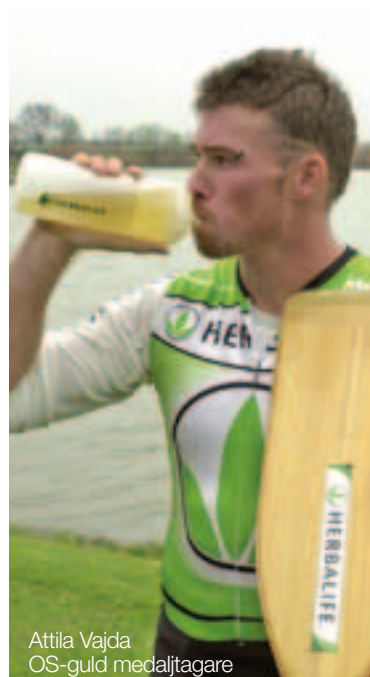
LYFT dig själv till nya höjder.

- Brusande lågkaloridryck, bara 9 kcal per portion
- Innehåller koffein från guarana och koffeinpulver som hjälper dig att vara alert och fokuserad
- En portion ger dig hela dagsbehovet av B-vitaminer som kan hjälpa kroppen att frigöra energin från maten
- En portion ger dig hela dagsbehovet av C-vitamin som har antioxiderande egenskaper

Idrottare av världsklass...



Valencia FC

Attila Vajda
OS-guld medaljtagareLos Angeles
Galaxy

får energi av Herbalifes näringsprodukter.

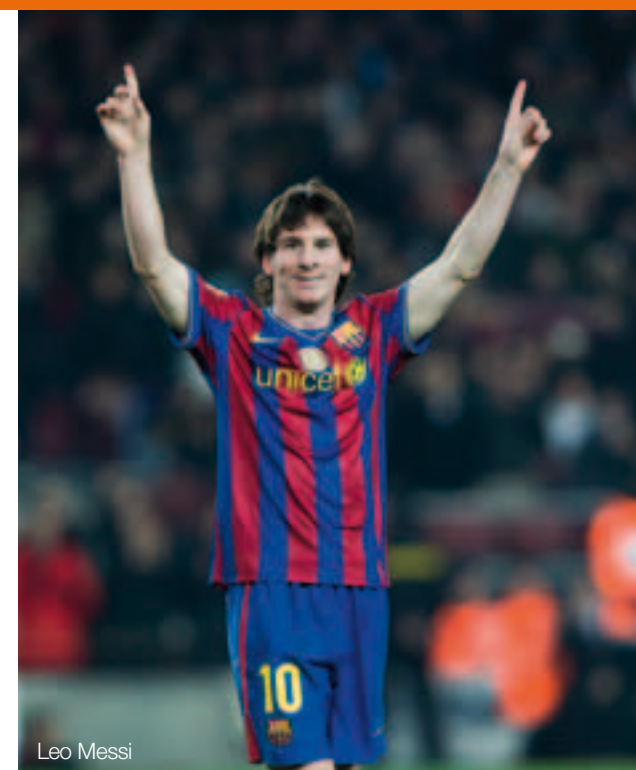
Tillsammans med lokala distributörer är Herbalife stolt över att vara officiell näringsponsor av idrottare och idrottslag världen över som tävlar på lokala, nationella och internationella arenor.

Vårt senaste meddelande:

Dubbel sponsorsensation!

Officiell näringsponsor till FC Barcelona och stjärnspelaren Leo Messi.

Dessa toppnamn inom fotboll styrker Herbalifes imponerande sattsning på sponsorer. Dessa utövare vet att de måste ge kroppen bästa möjliga bränsle, och de har valt Herbalife.



Leo Messi



FC Barcelona

Stöd dina specifika behov

Oavsett om du vill stödja hjärtat, matsmältningen eller immunförsvaret, är Herbalifes målinriktade näringsprodukter allt du behöver!

Håll takten...

... och förbättra hjärtats välbefinnande!

Herbalifes målinriktade produkter för hjärtat hjälper dig att hålla hjärtat i form.

Herbalifeline®

Omega 3-tillskott som hjälper till att bevara ett sunt hjärta.

- Herbalifeline® innehåller både DHA och EPA Omega 3-fettsyror som hjälper till att bidra till ett sunt hjärta som en del av en balanserad och varierad kost
- Essentiella oljor från timjan, pepparmynta och nejlika hjälper till att minimera eftersmaken av fisk

90 kapslar #0065

Sunda fakta

Europeiska myndigheten för livsmedelssäkerhet EFSA rekommenderar ett dagligt intag på 250 mg långkedjiga omega-3-fettsyror för vuxna eftersom det kan minska risken för hjärtsjukdom.

Kombinera följande rekommenderade livsstilsförändringar med stödprodukter som **Niteworks** pulver och **Herbalifeline** kapslar.

- Minska intaget av fet mat
- Öka intaget av kostfibrer genom att äta massor av frukt och grönt
- Drink tillräckligt med vätska varje dag
- Var fysiskt aktiv varje dag
- Ät "nyttiga fetter" som exempelvis fiskolja
- Begränsa intaget av salt
- Sluta röka
- Avsätt tid för avkoppling varje vecka och minska stressnivåerna

Niteworks®

Näring för hjärtat under natten.

- Innehåller L-arginin som man i studier har visat kan hjälpa till att förbättra nivåerna av kväveoxid, vilket kan hjälpa till att stödja en normal blodcirkulation
- Niteworks® innehåller mycket C- och E-vitamin, välgörande antioxidanter som hjälper till att skydda cellerna mot fria radikaler

135g #3150

Sunda fakta

Kväveoxid är en gas som förekommer naturligt i kroppen och gynnar god kärlcirkulation och normal blodcirkulation. Ett bra intag av frukt och grönsaker i kombination med en aktiv livsstil kan hjälpa till att öka nivåerna av kväveoxid, vilket är särskilt viktigt när man blir äldre eftersom halten kväveoxid börjar avta redan i trettiårsåldern.

Niteworks® kliniskt försök

I ett nytt kliniskt försök som publicerades i Journal of the International Society of Sports Nutrition 2010 visade sig Niteworks® förbättra prestationsförmågan hos äldre cyklister. Din oberoende distributör kan berätta mer.

Välbefinnande för immunsystemet

Att äta en balanserad kost med högt innehåll av färsk frukt och grönsaker är viktigt för att immunsystemet ska fungera på topp. När ett extra antioxidantstöd behövs, framför allt under stressiga perioder eller under vintern, kan du ta ett immunförsvarsstödande kosttillskott.

RoseOx

Kosttillskott med rosmarin.

- Innehåller rosmarin, en ört som använts sedan urminnes tider och kan hjälpa till att skydda cellerna och vävnaden från fria radikaler.
- En tablett om dagen ger dig rosmarinens antioxiderande fördelar.

30 tabletter #0139



Niteworks®: skapad av nobelpristagaren och medlemmen i Herbalifes näringsråd Louis Ignarro, fil. dr.



Var hälsosam på utsidan

Ditt yttre är ofta det första som folk lägger märke till hos dig, så därför är det viktigt att ta hand om både utsidan och insidan.

Herbalife har dragit nytta av all sin samlade kunskap om näringsämnen för bättre hälsa och utvecklat sortimentet för yttre näring.

- Ge huden näring med **NouriFusion®**
- Aktivera ungdomlig hy med **Skin Activator™**
- Strålende frisk hy med **Radiant C®**
- Hälsosam hud för hela familjen med **Herbal Aloe**

Herbalife® Yttre näring passar hela familjen och kan bidra till att ge huden näring – från topp till tå! Håll utkik efter våra produkter med ingredienser som innehåller antioxidanter, aloe vera och glukosaminkomplex.

?

Visste du att...?

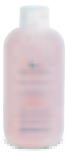
Huden är kroppens största organ och utgör 15 % av kroppsmassan. Huden fungerar som en första skyddsvall som skyddar mot invasionen av främmande föremål och organismer.*

*Världshälsoorganisationen

Ålder 18-35 +	Ålder 25-45 +	Ålder 35-55	Ålder 55 +
			
NouriFusion® (grundläggande hudvård för ansiktet)			
Radiant C® (fräschar upp huden)			
Skin Activator™ (ger en ungdomlig look)			

Ge näring och återuppliva

... med Herbalifes serie **Yttre näring**

Hudproblem	morgonrutin			kvällsrutin		varje vecka	
HUDTYP	RENGÖRING	UPPFRÄSCHNING	ÅTERFUKTNING	RENGÖRING OCH UPPFRÄSCHNING	ÅTERFUKTNING	DJUPRENGÖRING	
NORMAL TILL TORR HY äldre än 18 år	 NOURIFUSION® ANSIKTSRENGÖRING MED MULTIVITAMIN Normal till torr	 NOURIFUSION® ANSIKTSVATTEN MED MULTIVITAMIN Normal till torr	 NOURIFUSION® FUKTKRÄM MED MULTIVITAMIN SPF 15, Normal till torr OCH NOURIFUSION® ÖGONGEL	 SAMMA SOM PÅ MORGONEN	 NOURIFUSION® ÖGONKRÄM OCH NATTKRÄM MED MULTIVITAMIN	 NOURIFUSION® EXFOLIERANDE SKRUBBKRÄM OCH FUKTGIVANDE MASK	
NORMAL TILL FET äldre än 18 år	 NOURIFUSION® ANSIKTSRENGÖRING MED MULTIVITAMIN Normal till fet	 NOURIFUSION® ANSIKTSVATTEN MED MULTIVITAMIN Normal till fet	 NOURIFUSION® FUKTKRÄM MED MULTIVITAMIN SPF 15, Normal till fet OCH NOURIFUSION® ÖGONGEL	 SAMMA SOM PÅ MORGONEN	 NOURIFUSION® ÖGONKRÄM OCH NATTKRÄM MED MULTIVITAMIN	 NOURIFUSION® EXFOLIERANDE SKRUBBKRÄM OCH KLARGÖRANDE MASK	
GLÅMIG OCH OJÄMN HY äldre än 18 år	 RADIANT C® FACIAL SCRUB CLEANSER	 NOURIFUSION® ANSIKTSVATTEN MED MULTIVITAMIN Normal till torr eller Normal till fet	 RADIANT C® DAILY SKIN BOOSTER NOURIFUSION® FUKTKRÄM MED MULTIVITAMIN SPF 15, Normal till torr eller Normal till fet OCH NOURIFUSION® ÖGONGEL	 SAMMA SOM PÅ MORGONEN	 NOURIFUSION® MULTIVITAMIN EYE CREAM AND MULTIVITAMIN NIGHT CREAM	 NOURIFUSION® EXFOLIERANDE SKRUBBKRÄM OCH KLARGÖRANDE MASK ELLER FUKTGIVANDE MASK	
FINA LINJER OCH RYNKOR äldre än 35 år	 NOURIFUSION® ANSIKTSRENGÖRING MED MULTIVITAMIN Normal till torr eller Normal till fet	 NOURIFUSION® ANSIKTSVATTEN MED MULTIVITAMIN Normal till torr eller Normal till fet	 SKIN ACTIVATOR™ DAY LOTION SPF 15, DÉCOLLETAGE CREAM, EYE CREAM AND LIP REFINER SPF 15	 SAMMA SOM PÅ MORGONEN	 SKIN ACTIVATOR® REVITALISERANDE NATTKRÄM, DÉKOLLETAGEKRÄM, ÖGONKRÄM OCH LÄPPKRÄM SPF15	 NOURIFUSION® EXFOLIERANDE SKRUBBKRÄM OCH KLARGÖRANDE MASK ELLER FUKTGIVANDE MASK	

Målinriktade lösningar	HUD SOM SER TRÖTT UT	HUD MED OJÄMN STRUKTUR	MÖRKA RINGAR OCH PÅSAR		TUNN, TORR HY OCH RYNKOR	TORRA RYNKIGA LÄPPAR	ALLMÄN KROPPSVÅRD	PRODUKTER FÖR HÅR OCH HÄNDER
 RADIANT C® FACE QUENCHER Ger omedelbar återfuktning och tillför fukt.	 RADIANT C® DAILY SKIN BOOSTER Kan hjälpa till att släta ut och fräscha upp.	 NOURIFUSION® ÖGONGEL Kan hjälpa till att göra mörka ringar mindre framträdande och minska påsighet under ögat.		 SKIN ACTIVATOR™ DÉKOLLETAGE- KRÄM Kan hjälpa till att strama upp huden runt décolletage och hals.	 SKIN ACTIVATOR™ LÄPPKRÄM SPF15 Kan bidra till att göra fina linjer mindre framträdande, hjälper läpparna att se fylligare ut.	 BODY BUFFING SCRUB OCH BODY CONTOURING CREAM Kan hjälpa till att göra huden mjuk och slät med förbättrad struktur och fasthet.	 HERBAL ALOE HAND- OCH BODYLOTION OCH HERBAL ALOE SCHAMPO OCH BALSAM FÖR DAGLIGT BRUK Fräschar upp och kapslar in fukten.	

Hy som ser yngre ut

Men tänk om huden förblev som den var när du var yngre? Tänk om du kunde pausa tiden och behålla din fina hy. Visst vore det genialiskt?

Skin Activator™ innehåller ett avancerat kollagenskapande glukosaminkomplex och förnyar huden varsamt. Tekniken uppmuntrar till hudförnyring genom att hjälpa till att öka hudens naturliga kollagenproduktion.

Skin Activator™

- Bidrar till att göra befintliga rynkor och linjer mindre framträdande
- Ger huden näring, vilket gör att den ser slätare och fastare ut
- Hjälper till att förbättra hudens fukthalt och stödjer hudens naturliga struktur och balans
- Skonsamma sammansättningar utan ämnen som irriterar huden
- Passar de flesta hudtyperna
- Lämplig för både kvinnor och män

På bara fyra veckor kan du få hud med ett synbart yngre utseende. Och med fortsatt användning kan resultaten bli ännu mer imponerande:

Upp till:

- 57 % förbättring av synligheten av rynkor och fina linjer *
- 55 % minskning av rynkornas djup *
- 51 % förbättring av hudens fukthalt *
- 45 % förbättring av hudens klarhet
- 40 % förbättring av hudens mjukhet **
- 23 % förbättring av hudens fasthet **

Resultat efter testning med aktivt glukosaminkomplex.

* Efter bara 3 månaders regelbunden användning

** Efter bara 4 veckors regelbunden användning

Inga av påståendena som anges här är en garanti för faktiska resultat. De potentiella resultaten som anges baseras endast på en detaljerad undersökning och analys av den aktiva ingrediensen i Skin Activator-produkterna och inte på faktisk användning av Skin Activator-produkterna. Skin Activator-produkterna innehåller en sådan mängd av den aktiva ingrediensen som kan jämföras med det som testades i undersökningen, vilket i kombination med andra ingredienser som finns i Skin Activator-produkterna ligger till grund för de potentiella resultaten. Resultaten kan variera beroende på individuell användning och omständigheter.



SKIN ACTIVATOR™

Tidsfördröjande | Vitaliserande med målinriktat kollagen

Daglotion SPF15

Ett ansikte som ser yngre ut.

- Hud som genast känns återfuktad
- Snabbabsorberad lätt lotion
- Hjälper till att göra befintliga rynkor och linjer mindre framträdande
- Hjälper till att förbättra hudens klarhet och utstrålning
- Innehåller SPF15 som skyddar mot skadlig UVA- och UVB-strålning, kan användas varje dag

50 ml #0862

Ögonkräm

Njut av ögon som ser yngre ut.

- Lätt kräm med gurkeextrakt
- Ge lindring till den känsliga ögonkonturen
- Återfuktar och ger näring till huden under ögat, vilket skapar ett ungdomligt "lyft"

15 ml #0863

Revitaliserande nattkräm

Återerövra din ungdomliga look.

- Hjälper till att vitalisera huden medan du sover, den tid då hudförnyelsen är som mest aktiv
- Stöder kollagenproduktionen och ger huden fukt och näring

50 ml #0865

Dekolletagekräm

Återfå din ungdomliga look.

- Revitaliserande kräm som återfuktar utan att vara fet
- Hjälper till att göra fina linjer och rynkor mindre synliga på det här känsliga hudområdet som blir allt tunnare när vi åldras
- Gör att huden känns silkeslen och slät

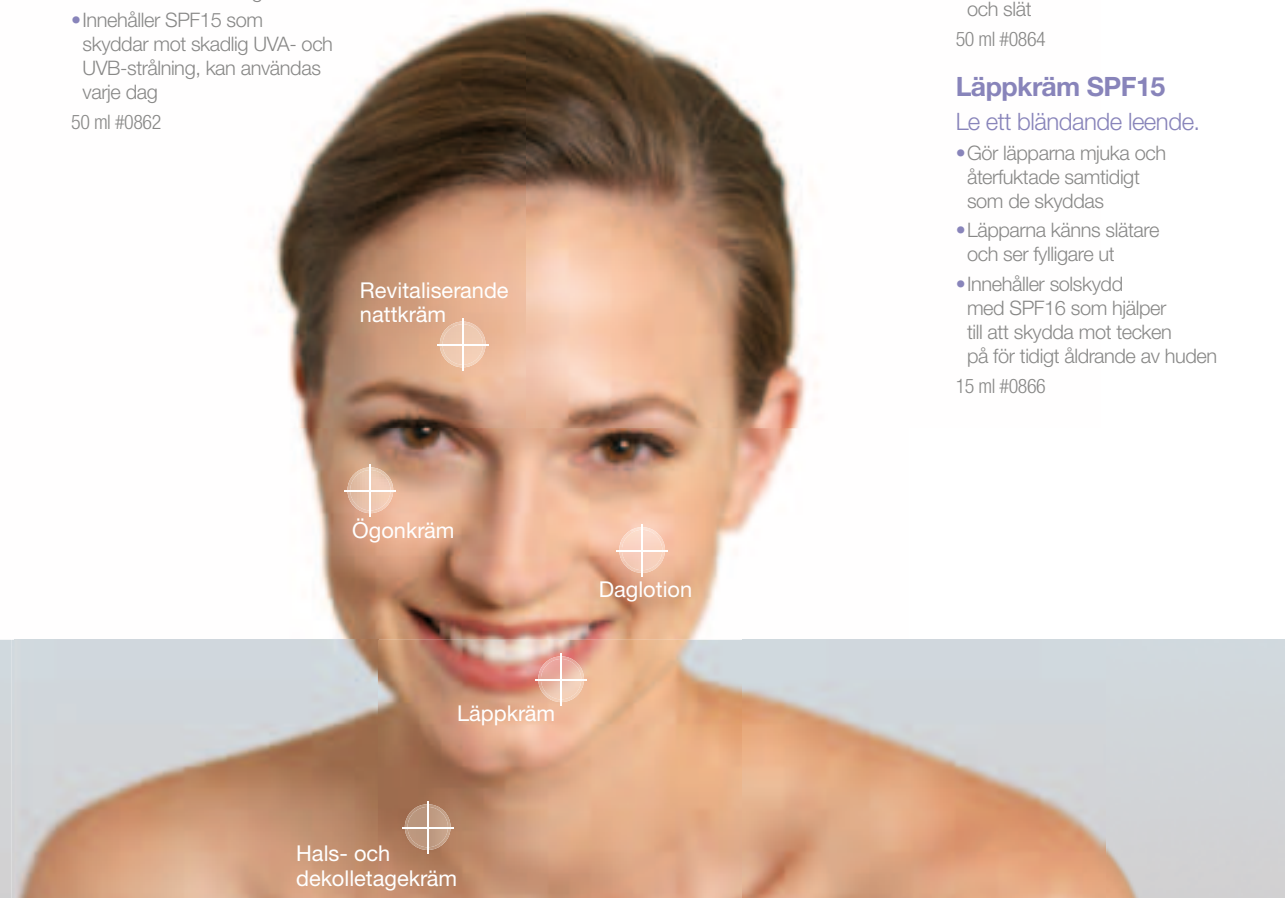
50 ml #0864

Läppkräm SPF15

Le ett bländande leende.

- Gör läpparna mjuka och återfuktade samtidigt som de skyddas
- Läpparna känns slätare och ser fylligare ut
- Innehåller solskydd med SPF16 som hjälper till att skydda mot tecken på för tidigt åldrande av huden

15 ml #0866



Rengör, fräscha upp och återfukta

Hjälp till att få en strålande och ren hy med de här kompletta hudvårdssystemen. Unika multivitaminprodukter med A-, C- och E-vitaminer som hjälper till att ge huden näring och lyster!

Börja med grundläggande hudvård: rengöring, ansiktsvatten och fuktkräm morgon och kväll.

Sunda fakta

A-vitamin hjälper till att förbättra hudens fukthalt genom att gynna cellförnyelse och kan hjälpa till att fördröja tecken på för tidigt åldrande.

C-vitamin har en viktig roll i kollagenproduktionen. Man har visat att C-vitamin reglerar pigmenteringen och är välgörande för hudens immunsystem.

E-vitamin hjälper till att skydda hudens fuktbarriär och göra huden slät.



NouriFusion®-paket

Oavsett om din hy är normal till torr eller normal till fet finns det ett NouriFusion®-paket som hjälper till att rengöra, fräscha upp och återfukta.

Normal till torr #0901

Normal till fet #0902

Ansiktsrengöring med multivitamin

- Vitaliserar huden med vitaminer, näringsämnen och örter
- Avlägsnar makeup och hudfett
- Löser upp smuts och orenheter

Normal till torr 200 ml #2510

Normal till fet 200 ml #2511

Ansiktsvatten med multivitamin

- Hjälper till att förbättra hudtonen
- Avlägsnar de sista spåren av smuts
- Hjälper till att rengöra och fräscha upp huden

Normal till torr 200 ml #2512

Normal till fet 200 ml #2513



Fuktkräm med multivitamin SPF15

- Återfuktar utan att kännas fet
- Innehåller solskydd med SPF15 som hjälper till att skydda mot tecken på för tidigt åldrande av huden

Normal till torr 50 ml #2514

Normal till fet 50 ml #2515

Nattkräm med multivitamin

- Stödjer sund hudförnyelse
- Gör att huden inte känns fet
- Ger återfuktning på djupet under natten

50 ml #2516

Sunda fakta

Hudcellerna förnyas snabbast av alla celler i kroppen och största delen av reparationsarbetet sker under natten.



NouriFusion®

för normal till fet hy

Multivitamin klargörande mask

- Avlägsnar överflödigt hudfett
- Förbättrar hudens struktur, ton och fasthet

125ml #2519

för normal till torr hy

Multivitamin fuktgivande mask

- Återfuktar och gör hy'n mjuk och silkeslen
- Minskar tecknen på torr hy

125ml #2520

Exfolierande skrubbkrem med multivitamin

- Skrubbkrem som varsamt avlägsnar döda hudceller
- Får huden att kännas ren, mjuk och slät
- Ge en klarare ansiktshy

100 ml #2521

Ögongel med multivitamin

- Hjälper till att minska påsar under ögonen
- Återupplivar och ger trötta ögon en fräschare look
- Kan hjälpa till att göra befintliga rynkor och linjer mindre framträdande

15 ml #2518

Multivitamin ögonkräm

- Formula som inte är fet
- Hjälper till att strama upp huden runt ögonen
- Bidrar till att göra fina linjer mindre framträdande
- Perfekt under make-upen dagtid eller för användning till natten

15ml #2517

Sunda fakta

Huden under ögat är ett av de första områdena som uppvisar tecken på åldrande eftersom den är så känslig och nästan inte innehåller några fettkörtlar.



En uppfriskande, doftande sprayning

Aldrig mer glåmig och trött hy. Radiant C® innehåller C-vitamin för att ge en strålande hy.

Face Quencher

- Ge trött hy omedelbar återfuktning och uppfräschning.
- Uppfriskande spray med antioxidantskydd
- Praktisk resestorlek – fräscha upp huden var du än är!

50 ml #2997

Hand- och bodylotion SPF15

- Återfuktar huden och gör den mjuk, slät och återfuktad
- SPF15 skyddar och vårdar huden varje dag
- Innehåller antioxiderande C- och E-vitaminer
- Lättabsorberad lotion som kan användas varje dag

200 ml #0445

Daglig hudvitalisering

- Förbättrar struktur och hudton
- Effektivt antioxiderande skydd
- Bra basprodukt som ger näring under fuktkrämen eller nattkrämen

30 ml #2890

Ansiktsskrubb

- Rengör, mjukgör och slätar ut glåmig och trist hud
- Innehåller C-vitamin för att bekämpa fria radikaler och hjälpa till att ge hyn lyster
- Hjälper till att göra så att huden ser klarare och piggare ut
- Lämplig för alla hudtyper, perfekt att ha till rakning

150 ml #0444



steg för att få huden glänsande!

Steg 1

Body Buffing Scrub

- Exfolierar huden samtidigt som den mjukgör och slätar ut
- Hjälper till att snabba upp hudens naturliga exfolieringsprocess

200 ml #0353

Steg 2

Body Contouring Crème

- Innehåller multisyror från frukter och växter som bidrar till att förbättra hudens struktur och spänst
- Gör huden silkeslen, mjuk och spänstig för att ge huden lyster

200 ml #0354



Lindra och skydda

Låt Herbal Aloe, som är berikad med Aloe Vera, rengöra, mjukgöra och friska upp hud och hår, passa hela familjen.

Visste du att?

Hela Aloe plantan, inklusive växtsaften, gelén och bladen har positiva egenskaper. Plantan är rik på vitaminer och mineraler. Den har använts internt och lokalt i århundraden.

Fuktgivande schampo och balsam

- Rengör varsamt samtidigt som håret får fukt som kapslas in
- Få glansigt hår med ny vitalitet

Fuktgivande schampo
300 ml #0457

Fuktgivande balsam
300 ml #0458

Varje-dag-schampo och -balsam

- Rent och fräscht
- Kapslar in fukt utan att tynga ner håret
- Har en uppfriskande örtdoft och är så milda att de kan användas varje dag

Varje-dag-schampo
500 ml #0489

Varje-dag-balsam
500 ml #0490

Soft Hold hårspray

- Håller hela dagen
- Gör att håret känns mjukt, glänsande och strålade

200 ml #0459

Herbal Aloe Bad- och kroppsvål

- Rengör varsamt och effektivt

125 g #0452

Herbal Aloe Duschvål

- Rengör och återfuktar huden med ett fylligt skum

400 ml #0493

Handkräm

- Gör händer och nagelband mjuka och släta

50 ml #0450

Hand- och Body Lotion

- Lätt och oljefri lotion som lämnar silkeslen känsla på din hud

200 ml #0378

Herbal Aloe Gel

- Fuktgivande gel som absorberas snabbt och återfuktar och vårdar huden
- Perfekt för att lugna huden efter rakning

200 ml #0379

Herbal Aloe Spray

- Fuktgivande aloe spray med uppfriskande doft
- Lugnar torr och irriterad hud

400 ml #0495

Dofter för honom och henne

Väck dina sinnen med ett ljuvligt urval av eleganta, tidlösa dofter som fångar din unika essens.

Woman

- En enkel och tidlös citrusbaserad blomdoft
- Innehåller noter av jasmín, näckros och pion

50 ml #0343

Man

- Fräsch citrusdoft med en spännande touch
- Sval och uppfriskande med vattenmynta

50 ml #0344

Heart

- Frigör växternas magi. Inspirerad av naturen för den moderna kvinnan
- Innehåller näckros, murgröna, teblad och gardenia

50 ml #2329

Soul

- Lätt och tidsenlig, omisskännligt maskulin
- Innehåller en fräsch blandning av citrus, lavendel och cederträ

100 ml #2328





Förvara! Mät! Skaka loss!

Mät din framgång och bär med dig dina oundgängliga shakes, tabletter och produkter, vart du än går.

Startpaket

- Herbalifeshaker
 - Indragbart måttband
 - Vit måttsked
 - Formula 1-behållare - small
- #8463



Tablettboxar

- Finns i fyra storlekar i genomskinligt grönt
- Alla boxar (förutom storleken small) levereras med tomma etiketter
- Storleken extra-large har flyttbara delningsväggar

Small #8627 Medium #8625
Lång tablettbox #8629 Extra-large #8621



Tablettkross

Med förvaringsfack för hela tabletter och inbyggd tablettkross.

#8125



Tablettdispenser

Med fyra grönfärgade och UV-skyddade fack – utformad för att hjälpa dig hålla tabletterna fräscha längre.

#8126



Shaker

Bärbar shaker, perfekt att tillreda shakes i när du är på språng.

#8151



Kraftfull mixer

Blanda till en krämig Formula 1-shake på några sekunder.

#8112



Vattenflaska 800 ml

Med dubbel snabbkork och stor öppning för att kunna fylla på med is.

#8638



H³O Pro™ vattenflaska

Den är varumärkta flaskan är perfekt för att ha till vatten eller H3O Pro isoton dryck.

#8421



Behållare till Formula 1

Med säkra skruvlock. Finns i två storlekar:
Small 57 g #8639
Large 114 g #8640



Minivisp

Denna handhållna shakevisp är behändig att ta med sig och enkel att använda. Levereras i ett praktisk reseetui med två mixerstavar.

#8128



Måttsked

- Skräddarsydd för Herbalife® produkter med fyra mått i ett
- Måtten omfattar: matsked, tesked, en halv tesked och en kvarts tesked

#8634



Indragbart måttband

#8129



1,5 meter långt måttband

#8124

Fördelen med Herbalife

Med sina 30 års erfarenhet av ledande näringsvetenskap och viktkontroll är Herbalife ett av de största globala företagen för nätverksmarknadsföring med missionen att "förändra folks liv".

Herbalife förverkligar denna mission genom att tillverka och sälja produkter för viktkontroll, målinriktade näringstillskott, produkter för energi, idrott och motion samt produkter för yttre näring till alla som vill ha en hälsosam livsstil och tillhandahålla en ekonomiskt lönsam affärsmöjlighet till alla som väljer att bli oberoende distributörer av produkterna.

Vetenskap i världsklass

Ett engagemang i forskning och innovation

Forskning är viktigt för Herbalife. Vi fokuserar på att utnyttja den senaste forskningen och innovationerna och använda vår kunskap till att skapa konkreta, lättanvända produkter som fungerar för dig.

Herbalife har förpliktat sig till att skapa effektiva produkter, och detta uppnås genom forskning, utveckling av nya produkter och genom att behålla nuvarande produkter så kraftfulla som någonsin. Vi genomför tester av hög kvalitet på produkter och råvaror, genomför regelmässiga produkt

genomgångar och naturligtvis uppfyller alla produkter de senaste förordningarna.

Herbalife har sitt eget Nutrition Advisory Board som består av ledande experter inom näringsforskning, Phd forskare, en nobelpristagande forskare och även samarbetspartners, forskningsprojekt och rådgivare vid ledande universitet världen över. Vi strävar oavbrutet med att förbättra produkter som hjälper dig med att nå bättre resultat.



Kliniska försök

Kliniska försök visar på vetenskapen bakom Herbalifes produkter.

En studie vid Ulms universitet i Tyskland bekräftade att användningen av Herbalife Formula 1-shakes och Formula 3 PPP som en del av en proteinrik kost ledde till mer effektiv viktkontroll än om man bara begränsade kaloriintaget i en vanlig kosthållning.

"64 procent av dem som ingick i Herbalifes grupp med högt proteinintag ansågs vara utsatta för en mycket lägre risk för de hälsoproblem som vanligen associeras med övervikt, jämfört med 41 procent av dem som åt en normal mängd protein som en del av en vanlig kost."

Näringsråd

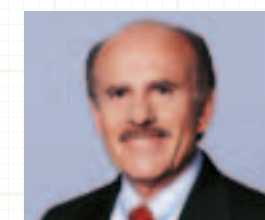
Ledande experter på kost och hälsa från hela världen som jobbar för dig.



Steve Henig, fil. dr.
Forskningsansvarig, Herbalife



Professor David Heber, fil. dr.
Ordförande för Vetenskapliga rådet och Näringsrådet på Herbalife. Ledare för Center for Human Nutrition, UCLA*



Louis Ignarro, fil. dr.
Nobelpristagare† i medicin, medlem i Vetenskapliga rådet och Näringsrådet på Herbalife



Luigi Gratton, fil. mag.
Direktör för näringsutbildning på Herbalife



"Niteworks® förbättrar träningsresultaten för äldre cyklister."

Journal of the International Society of Sports Nutrition, 2010

* Titlarna anges endast i identifikationssyfte. Av princip stödjer University of California Los Angeles inga specifika produkter eller tjänster.

† Nobelstiftelsen har ingen anknytning till Herbalife och varken granskar, godkänner eller stödjer Herbalifes produkter.

Med team-work kan drömmen slå in!

Socialt ansvar genom givmildhet

Herbalife Family Foundation skapades 1994 av Herbalifes grundare Mark Hughes och arbetar för att förbättra barns liv genom att hjälpa befintliga organisationer tillhandahålla sund näring till barn i riskzonen. HFF ger också ofta katastrofstöd vid naturkatastrofer.

År 2005 lanserade HFF Casa Herbalife, ett program som hjälper till att ge barn hälsosam och näringsrik mat genom att inleda samarbeten med befintliga välgörenhetsorganisationer för barn. I dag finns det 50 program på sex kontinenter.

HFF stöds av Herbalife, våra oberoende distributörer, anställda och vänner. För att få veta mer om HFF och Casa Herbalife i din närhet kan du besöka oss på:

HerbalifeFamilyFoundation.org

CASA Herbalife



Varför Herbalife?

Vi arbetar för att ge dig möjlighet att leva ett sundare liv med bättre ekonomi.

Framgångsfaktor 1

Branschledande kompensationsplan.

- En lönsam kompensationsplan som delar ut upp till 73 % procent av produktintäkterna till de fristående distributörerna. Den anses vara en av de bästa i direkthandelsbranschen
- Oberoende distributörer kan få intäkter från grossistförsäljning och försäljning till slutkund. Dessutom genereras intäkter genom bonusrabatter och bonusar – det finns alla möjligheter!
- Positiva produktresultat ger nöjda kunder. Återkommande beställningar från tre nöjda kunder som lyckas med produkterna ger distributörerna möjlighet att få högre intäkter

Framgångsfaktor 2

Näringsmässigt balanserade produkter som har utvecklats för att uppfylla konsumenternas behov.

- Exklusiva produkter med hög efterfrågan som har hjälpt folk i över 72 länder att nå sina näringsmässiga mål
- Nöjda kunder ger resultatbaserade referenser till nya kunder som vill köpa viktkontroll-, närings- och hudvårdsprodukter
- Tillsammans med ledande forskare i vårt Näringsråd och genom den nyskapande forskning som sker i Mark Hughes laboratorium för cellnäring och molekylär nutrition vid UCLA* arbetar Herbalife engagerat med att utveckla innovativa och hälsosamma produkter

Framgångsfaktor 3

Ett företag i världsklass med visionärt ledarskap som stöder din verksamhet.

- Herbalife har vuxit i över 30 år och tänker inte sluta än! Vi öppnar verksamhet i fler länder, värvar fler oberoende distributörer och utökar ständigt kundbasen
- Chefer, distributörer och anställda arbetar gemensamt för att förverkliga företagets mission, vision och värderingar och positionera företaget för framtida tillväxt
- Herbalifes mission om god näring, ekonomiskt välbstånd och en aktiv livsstil kan hjälpa miljontals människor se lika hälsosamma ut som de är samtidigt som de kan få de intäkter som de är värda
- Herbalife är listad på den prestigefyllda New York-börsen (NYSE: HLF), är medlem i olika direkthandelsorganisationer världen över och har ett varumärke med hög synlighet tack vare sponsringsaktiviteter
- Vi är ett företag som tar socialt ansvar: 50 Casa Herbalife-program på sex kontinenter hjälper barn att få näring, tak över huvudet och utbildning

Framgångsfaktor 4

Stegvis uppbyggda utbildningsprogram och moderna affärsverktyg hjälper dig att starta och utveckla din egen verksamhet.

- Utbildning som stödjer din verksamhets expansion tillsammans med marknadsföringsmaterial- och verktyg, till exempel en omfattande webbplats för distributörer.
- Möjligheten att ta kontroll över ditt liv genom att lära dig sådant som kan hjälpa dig att driva ett framgångsrikt företag
- Enkla affärsprogram utvecklas och förbättras fortlöpande.
- Stöd i form av den högsta nivån av affäretik, uppförandekoder och ansvarsskyldighet som gäller för alla Herbalifes självständiga distributörer

Vill du veta mer?

Prata med den oberoende Herbalifedistributör som gav dig den här Produktkatalogen för att få veta mer om hur du kan dra nytta av Herbalifes affärsmöjlighet.

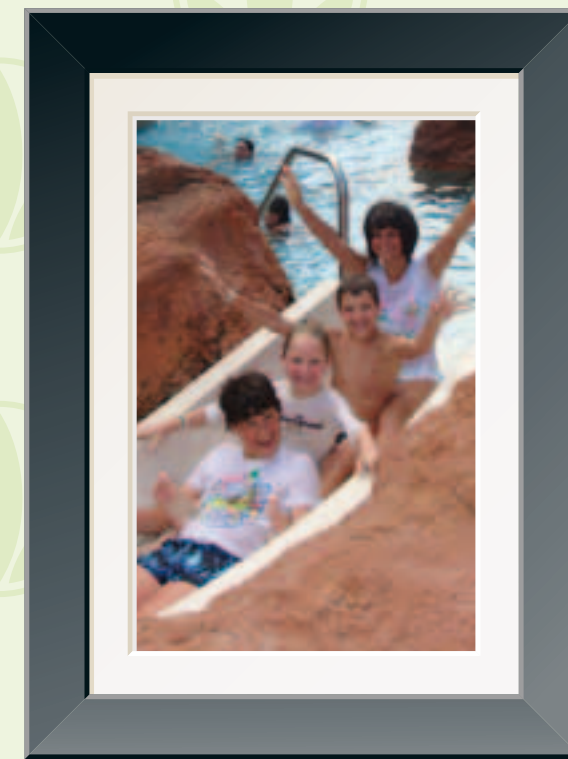
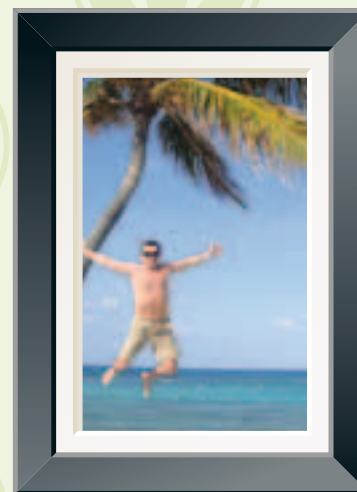
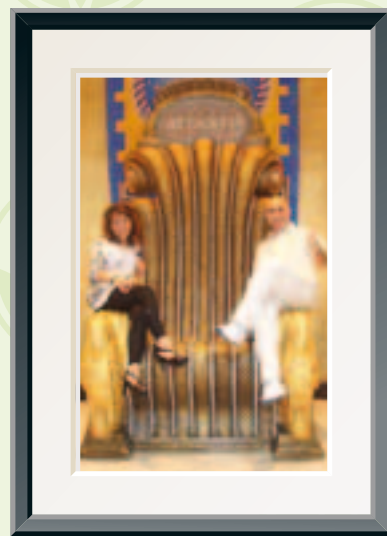


Förändra livet

Fler än två miljoner människor i 73 länder har valt Herbalife, är du också redo att välja?

Som oberoende Herbalifedistributör kan du förvänta dig:

- Obegränsad intäktspotential
- Flexibla arbetstimmar, del- eller heltid
- Möjligheten att arbeta hemifrån
- Plus möjligheten att hjälpa folk att få sundare och mer aktivt liv



Noteringar...

Mina önskelista för produkter

Noteringar...

Mina önskelista för produkter

Skaka loss!

I över 30 år har tusentals människor valt att starta sin dag med en näringsrik Formula 1-shake från Herbalife som är bevisat effektiv.

Ring din oberoende distributör i dag och prata om hur 30 år av erfarenhet och framgång med Herbalifes Formula 1-shake kan hjälpa dig att nå dina vikt mål.

Ring i dag!



30th ANNIVERSARY
HERBALIFE
2010

30 dagars pengarna-tillbaka-garanti

Om du under 30 dagar efter ditt köp inte är helt nöjd med den höga kvaliteten hos Herbalifes® produkter, får du pengarna tillbaka utan några frågor från vår sida.

Vi gör allt för att kunderna ska bli nöjda.



Mixed Sources

Produktgrupp från välskötta skogar och annat kontrollerat ursprung.

www.fsc.org Cert no. SGS-COC-004099
©1996 Forest Stewardship Council



Auktoriserad medlem av
Direkthandels förening



Direkthandels Förening

Din oberoende Herbalifedistributör är:

Modellerna i denna broschyr är endast för illustrations syfte.

©2010 Herbalife International, Inc. Alla rättigheter förbehållna. Tryckt i Belgien. Swedish 6240-SW-44 Oktober 2010



HERBALIFE®

Näring för ett bättre liv.