



SIBERIAN
HEALTH

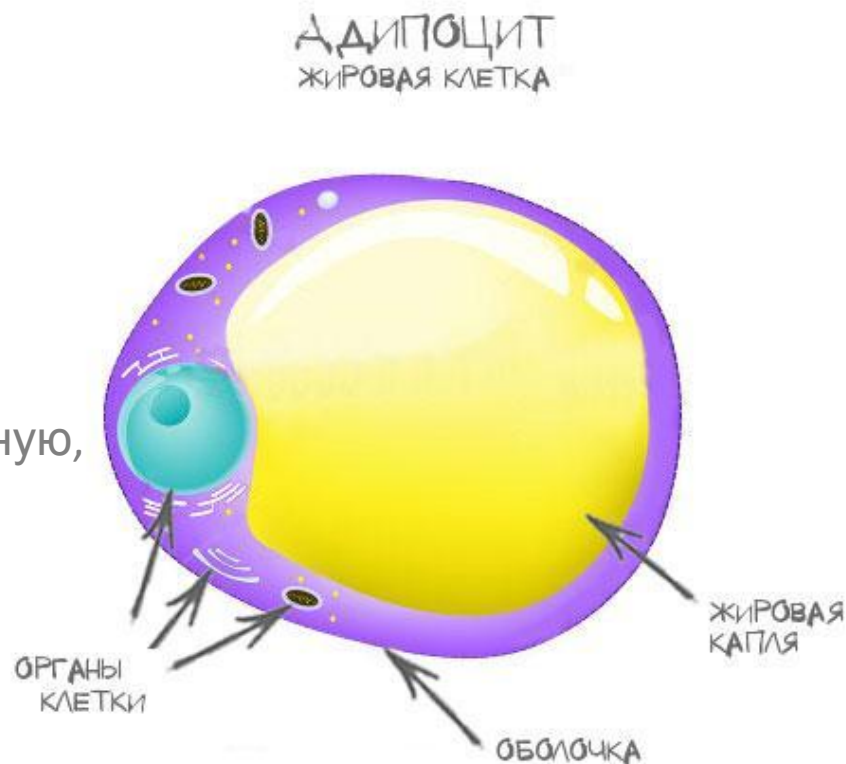
**Контроль веса.
Продукты для стройной
фигуры.**



SIBERIAN
HEALTH

Подкожная жировая клетчатка

- ✓ состоит из специальных клеток адипоцитов, накапливающих в себе жиры
- ✓ Бывает двух видов: бурая (характерная для новорождённых) и белая (характерная для взрослых)
- ✓ относится к соединительной ткани, выполняющей опорную, защитную и трофическую функции





SIBERIAN
HEALTH

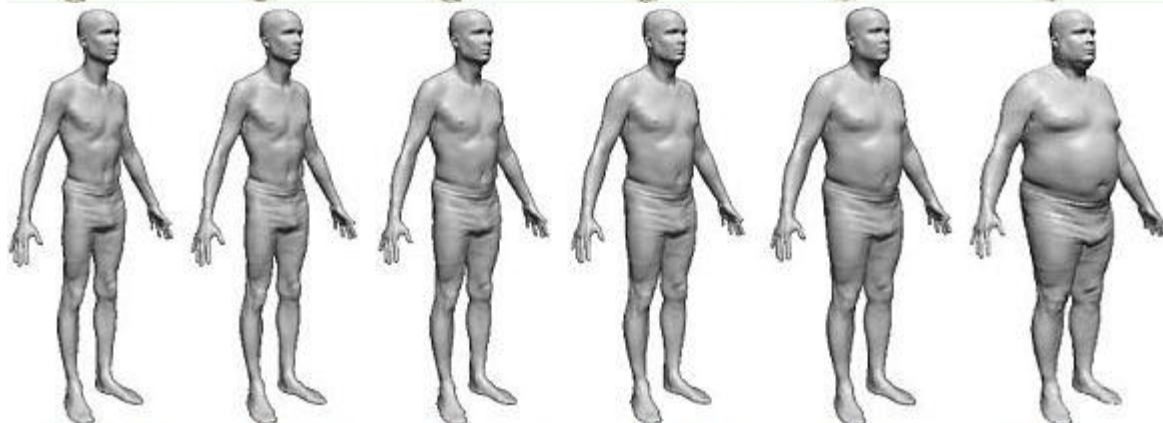
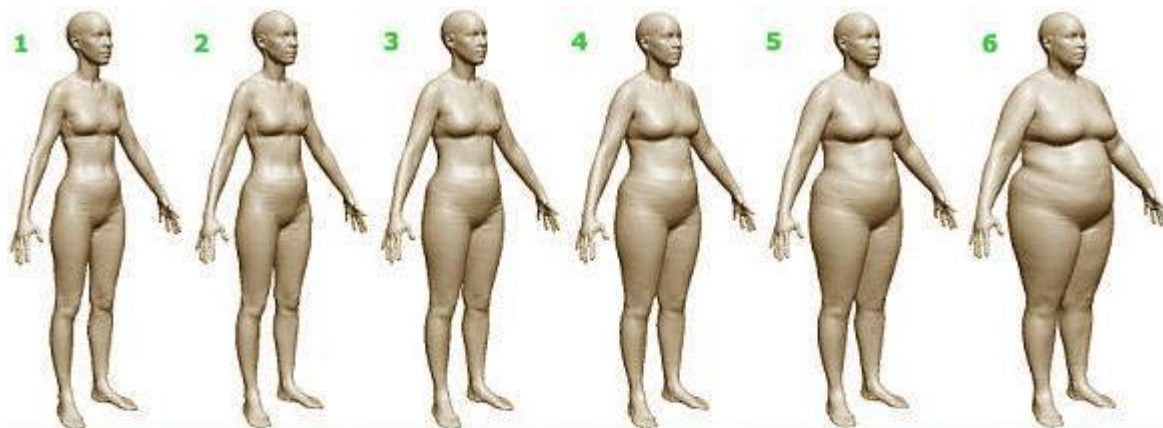
Подкожный жир – важная ткань

ведь она выполняет
такие функции как:

- ✓ теплоизоляция
- ✓ депонирование
питательных веществ
- ✓ механическая защита
- ✓ синтез гормонов



Индекс массы тела



$$BMI = \frac{m}{h^2}$$

m – масса в кг
 h – рост в метрах



Дефицит
массы
тела

Норм
а

Избыточный
вес

Процент жира в организме



Формула Карвонена

границы пульса кардиотренировки для
жиросжигания
(диапазон от 60 до 70% нагрузки)

Формула:

$(220 - \text{возраст} - \text{пульс в покое}) \times 60 + \text{пульс в покое} = \text{нижняя граница}$
 $(220 - \text{возраст} - \text{пульс в покое}) \times 70 + \text{пульс в покое} = \text{верхняя граница}$



ФитнесКатализер

АКТИВ ФАЙБЕР



SIBERIAN
HEALTH

Активированная пищевая клетчатка



120

СОСТАВ: пектиновый комплекс Полипектинат™ (цитрусовые, яблочные, ягодные пектины), гуаровая камедь, ламинария, корни лопуха, алтея, олигохит пищевой (олигосахарид хитозана).

ФитнесКатализер

АКТИВ ФАЙБЕР



SIBERIAN
HEALTH



- ✓ Очищение кишечника и выведение токсинов.
- ✓ Нормализация микрофлоры кишечника.
- ✓ Снижение усвоения углеводов, жиров и холестерина.

Элемвитал С ОРГАНИЧЕСКИМ МАГНИЕМ

Магний – часть каждой клетки нашего организма, но наибольшее количество его содержится в мышцах и мышечных клетках сосудов и сердца.



60 капсул

СОСТАВ: дицитрат магния (лимоннокислый магний), экстракт валерианы, экстракт листьев и цветков боярышника, экстракт шлемника байкальского.



SIBERIAN
HEALTH

Элемвитал С ОРГАНИЧЕСКИМ МАГНИЕМ



- ✓ Снижает тягу к сладкой пище
- ✓ Регулирует процессы расслабления мышц, сосудов и сердца.
- ✓ Способствует хорошему сну и устойчивости к стрессу.
- ✓ Нормализует состояние при предменструальном синдроме.
- ✓ Способствует предотвращению мигреней и облегчает головную боль.

ФитнесКатализер

КАРНИТРИН



SIBERIAN
HEALTH

Комплекс биокатализаторов
для сжигания жира



60 капсул

СОСТАВ: энергомодулирующий комплекс ErgoSlim™ (экстракт момордики *Momordica charantia*), хромсодержащая спирулина ChromBio™, экстракт элеутерококка (*Eleutherococcus senticosus*).

ФитнесКатализер

КАРНИТРИН



SIBERIAN
HEALTH



- ✓ Комплексное воздействие на преобразование углеводов в жиры.
- ✓ Активизируется быстрое сгорание углеводов, предотвращающее их превращение в жиры.
- ✓ Транспортировка молекул жира в клетки, которым нужна энергия.
- ✓ Повышение эффективности тренировок.

Контроль веса: продукты для стройной фигуры



Чистот

а



- ✓ Лимфосан базовый

Энерги

я



- ✓ Адаптовит

Гармони

я



- ✓ Хромлипаза
- ✓ Актив Файбер
- ✓ Карнитрин
- ✓ Ритмы Здоровья



SIBERIAN
HEALTH

TRULY SIBERIAN
TRULY INNOVATIVE
FOR PEOPLE

GLOBALLY SINCE 1996

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**