

# CYTOSPORT™



# Содержание

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| MONSTER AMINO .....              | 3  |
| MONSTER PUMP .....               | 4  |
| MONSTER MAIZE .....              | 5  |
| MONSTER MASS .....               | 6  |
| MONSTER MILK .....               | 8  |
| COMPLETE CASEIN .....            | 10 |
| COMPLETE WHEY PROTEIN .....      | 12 |
| CYTO MAX .....                   | 14 |
| MUSCLE MILK .....                | 16 |
| MUSCLE MILK LIGHT .....          | 18 |
| WHEY ISOLATE .....               | 20 |
| CYTO GAINER .....                | 22 |
| БАТОНЧИК MUSCLE MILK .....       | 25 |
| БАТОНЧИК MUSCLE MILK LIGHT ..... | 26 |

# MonsterAmino

**MONSTER AMINO** содержит мощную сбалансированную смесь ВСАА, незаменимые СО-факторы, Комплексные углеводы и Энзимы для лучшего усвоения, которые являются строительным материалом для мышечной ткани.

**MONSTER AMINO** применяется до и после тренировки, способствуя задержке азота, улучшая восстановление и непосредственно стимулируя мышечный рост. Витамин В<sub>6</sub> добавлен для того, чтобы обеспечить максимальное усвоение.

Во время тренировки, долгих волнений или стресса мышечная ткань быстро истощает запасы ВСАА, что ведет к увеличению мышечного разрушения (катаболизм).

Прием **MONSTER AMINO** может свести катаболизм белковых тканей до разумного минимума, тем самым предотвращая ваши вероятные потери результатов тренировок.

Каждая порция **MONSTER AMINO** содержит 5 грамм смеси из трех аминокислот со сложноразветвленными боковыми цепочками (L-валин, L-лицин, L-изолицин) в каждой порции.

Особенность порошковой формы в моментальном растворении.

## КОЛИЧЕСТВО ГРАММОВ АМИНОКИСЛОТ НА 100 Г ЧИСТОГО ПРОТЕИНА:

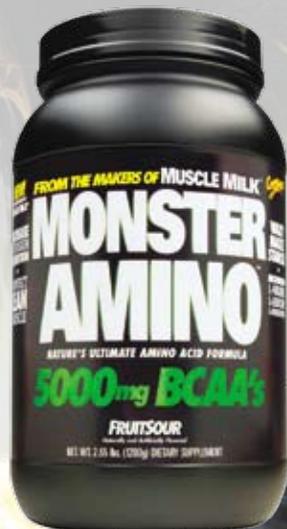
|   |          |
|---|----------|
| Калории                                       | 120 ккал |
| Всего углеводов                               | 30 г     |
| Сахар   | <1 г     |
| Витамин В <sub>6</sub> (пиридоксаль-5-фосфат) | 10 мг    |
| Натрий  | 150 мг   |
| Калий   | 210 мг   |
| L-изолейцин                                   | 1,25 г   |
| L-лейцин                                      | 2,5 г    |
| L-валин                                       | 1,25 г   |
| Карбоген®                                     | 100 мг   |

## ДРУГИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

Уникальный комплекс углеводной смеси, включая амилпектин, восковой кукурузный крахмал, и мальтодекстрина, глицерин, лимонная кислота, натуральные и искусственные ароматизаторы, яблочная кислота, бикарбонат натрия, калия бикарбонат, ацесульфам калия, сукралоза.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:

Смешайте одну мерную ложку порошка с водой, принимайте до и после тренировки.



# Monster Pump

## Следующее поколение технологии накачки в предтренировочных добавках от CytoSport!

Когда атлеты говорят о накачке, на самом деле речь идет, прежде всего, об увеличении кровотока в мускулах благодаря внутриклеточному газу, который называется окись азота (NO). Даже небольшое увеличение уровня NO, теоретически, ведет к значительному подъему результатов в зале, на трекке или на арене.

**MONSTER PUMP** использует эксклюзивную технологию накачки двойного действия:

- традиционные предшественники и кофакторы выработки NO
- T.A.P. подавляет действие факторов, препятствующих вазодилатации

Активация мышечных волокон — ключ к приобретению силы. Чем больше мы сможем активизировать мышечных волокон во время тренировки, тем большую силу сможем развить. Иными словами, сила производится мышцами, но начинается в голове.

Активные физические упражнения увеличивают потребность мышц в питательных веществах.

При недостаточном питании может возникнуть преждевременная усталость, мышечные спазмы. Данную проблему решает смесь MonsterVol, которая предлагает специальные вещества для обеспечения здорового метаболизма и энергообмена внутри клеток, для поддержания активности нейро- и мышечных клеток.

### СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(1 ложка – 40 г продукта)

|  |          |
|--|----------|
| Калории  | 100 ккал |
| Всего углеводов  | 25 г     |
| Сахар  | 4 г      |
| Витамин С (как аскорбиновая кислота)   | 90 мг    |
| Витамин B <sub>6</sub> (Как Pyridoxyl-5-фосфат)  | 10 мг    |
| Витамин B <sub>12</sub> (Как цианокобаламин)   | 60 мг    |
| Натрий   | 150 мг   |
| Калий  | 220 мг   |
| MonsterVol™ Cellular Volumizing Complex-<br>Восковой кукурузный крахмал, L-аргинин, декстрозы (D-глюкозы), яблочная кислота, магниевый креатин хелат, глицерин, аргинин кетоглютарат Alpha, Kre-Alkalyn (PH буферизацией моногидрата креатина), L-Citrulline, ацетил L-карнитин, Альфа-липовая кислота, L-норвалин | 17,2 г   |
| Monster Strength™ Lean Mass Complex -<br>L-глутамин, L-лейцин, L-изолейцин, L-валин  | 2 г      |
| Monster Fuel™ Cellular Energy Complex-<br>Мальтодекстрин, Альфа-L-Polylactate, карбогена®  | 11,4 г   |
| Monster Focus™ Mental Focus Complex -<br>Глюкуронолактон, кофеин (200 мг)  | 500 мг   |

### ДРУГИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

Лимонная кислота, кристаллическая фруктоза, натуральные и искусственные ароматизаторы, бикарбонат натрия, калия бикарбонат, ацесульфам калия, Gam Blend (целлюлоза, ксантановая, каррагинан), су-кралоза, Кармине (добавлено для цвета).

### РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:

Добавьте одну мерную ложку или содержимое одного пакетика в 200–250 мл холодной воды. Принимайте за 30 минут до тренировки. Для достижения наилучшего результата используйте в сочетании Monster Maize и Monster Amino.



# Monster Maize

Протеины отвечают за рост мышц, углеводы заправляют их («топливом»). Среди множества разновидностей последних, лучшими являются крахмал восковой кукурузы и природный полисахарид трехалоза. Крахмал восковой кукурузы представлен длинной высокократветвлённой углеводной цепью, которая может быть легко и быстро усвоена организмом. А вот трехалоза переваривается гораздо более медленно и включает в себя, как минимум, два необычных по связке вида сахара.

Вместе эти углеводы обеспечивают как прямое, так и посредническое обеспечение Вашего организма энергией. Прямой эффект – непосредственное пополнение складов гликогена. «Второстепенный» эффект – помогают всасыванию питательных веществ. Именно поэтому эти два углевода являются основой нового продукта от CytoSport. В отличие от других высокоуглеводных формул, которые Вы, вероятно, использовали в прошлом, **MONSTER MAIZE** рассчитан на частое использование и подходит для применения в больших количествах. Использование специальных добавок способствует быстрому и легкому перевариванию без образования лишних газов и не вызывая судороги. Так что, как только вы будете готовы к увеличению эффективности ваших основных тренировочных добавок, считайте, что вы готовы к **MONSTER MAIZE**.

## СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(1 ложка – 45 г продукта):

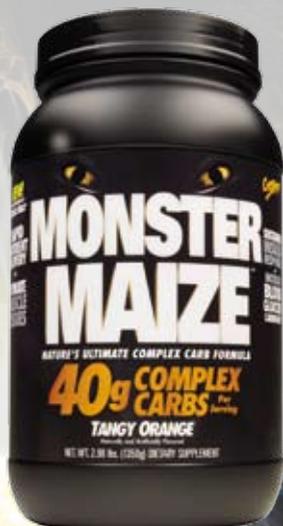
|                 |         |
|-----------------|---------|
| Всего углеводов | 40 ккал |
| Сахар           | < 1 г   |
| Натрий          | 170 мг  |
| Калий           | 290 мг  |
| Карбоген®       | 100 мг  |

## ДРУГИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

Крахмал восковой кукурузы  
Полисахарид трехалозы  
Карбоген

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:

Смешайте одну мерную ложку в 400-500 мл воды. Употребляйте продукт во время тренировки, а также в зависимости от количества калорий, в которых Вы нуждаетесь. Подходит для частого применения.



# Monster Mass

## Что необходимо для массивных, твердых мышц?

1. Белок – качественные аминокислоты и большое их количество
2. Углеводы – комплексные и качественные углеводы, а также большое их количество!
3. Усердная работа

**MONSTER MASS** создан специально для Вас, если Вам необходимы большие дозы протеина и углеводов, без жира и сахара.

Если Вы похожи на большинство из нас, то, наверное, Вы устали от жира и сахара в вашей диете, и, конечно, вам не хотелось бы добавлять его вместе с пищевыми добавками. Забудьте все неприятные ощущения, связанные с употреблением дешевых и низкокачественных протеинов.

**MONSTER MASS** содержит высококачественные пептиды молочной сыворотки и не содержит лактозы на 98 %!

Каждый прием **MONSTER MASS** обеспечивает 50 г протеина, который имеет:

Биологическую ценность – 104. Очень высокая.

Использование чистого белка – 94 %

Усвояемость протеинов – 95 %

**MONSTER MASS** содержит богатые глутамином, частично переваренные пептиды молочной сыворотки для улучшенного синтеза протеинов. Каждая порция также содержит частицы, используемые для того, чтобы показать увеличение IGF-1 (аналогичный инсулину фактор роста). Ваш организм ответит на эти фракции молочной сыворотки вместе с аминокислотами, которые содержатся в **MONSTER MASS** и которые несут ответственность за рост мышц. Что касается углеводов, то **MONSTER MASS** не содержит сахар, фруктозу и цукрозу. Комплексные мальтодекстрины **MONSTER MASS**, полученные из кукурузных гибридов, специально разработаны для того, чтобы предоставить вам время высвободить свою энергию. Вы не верите в то, что сможете получить новый заряд энергии даже во время самых интенсивных тренировок. Вы также пополните запасы гликогена печени и мышц после тренировки.

**MONSTER MASS** обеспечивает вас стабильным топливом, что способствует ускорению роста ваших мышц!

Используйте **MONSTER MASS** трижды в день.

Оптимальное время для приема **MONSTER MASS** – в течение 35-45 минут незамедлительно после тренировки.

Именно этот период времени имеет значение, потому что ваши мышцы поглощают приблизительно 80 % аминокислот и углеводов, которые требуются им для роста в течение двух часов, следующих после тренировки. **MONSTER MASS** обеспечивает правильными видами комплексных углеводов в оптимальных количествах, способствуя при этом вашему метаболизму

для использования накопленного жира. Для получения дополнительной порции протеина и энергии используйте **MONSTER MASS** в качестве заменителя пищи несколько раз в день. Итоговая порция перед сном обеспечит ваши мышцы всем необходимым для роста и восстановления даже во время сна.

Вы не верите, что **MONSTER MASS**, растворенный в молоке или воде, очень вкусен и превосходен! Не имеет значения, как Вы смешиваете его, самое главное, что он эффективен в наращивании Вашей мышечной массы!



## СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(4 ложки – 150 г продукта)

|  |          |
|--|----------|
| Калории  | 630 ккал |
| Калории от жиров                                 | 160 ккал |
| Всего жиров                                      | 18 г     |
| Насыщенные жиры                                  | 7 г      |
| Холестерин                                       | 125 мг   |
| Всего углеводов                                  | 67 г     |
| Пищевые волокна                                  | 9 г      |
| Сахар  | 7 г      |
| Белок  | 50 г     |
| Витамин А (витамин А пальмитат)                  | 1750 ME  |
| Витамин С (аскорбиновая кислота)                 | 21 мг    |
| Витамин D (холекальциферол)                      | 140 ME   |
| Витамин Е (тиамин мононитрат)                    | 11 ME    |
| Тиамин (тиамин мононитрат)                       | 0,5 мг   |
| Рибофлавин                                       | 0,6 мг   |
| Ниацин (как ниацинамид)                          | 7 мг     |
| Витамин В <sub>6</sub> (пиридоксина гидрохлорид) | 0,7 мг   |
| Фолиевая кислота                                 | 140 мкг  |
| Витамин В <sub>12</sub> (цианокобаламин)         | 2,1 мкг  |
| Биотин (тиамин мононитрат)                       | 105 мкг  |
| Пантотеновая кислота (тиамин мононитрат)         | 4 мг     |
| Кальций (ди-фосфат кальция)                      | 350 мг   |
| Железо (в виде черных Fumerate)                  | 6 мг     |
| Фосфор (ди-фосфат кальция)                       | 350 мг   |
| Йод (в виде калия йодида)                        | 53 мкг   |
| Магний (окись магния)                            | 140 мг   |
| Цинк (оксид цинка)                               | 5 мг     |
| Медь (медный глюконат)                           | 0,7 мг   |
| Хром (хром никотинат)                            | 96 мкг   |
| Натрия   | 240 мг   |
| Калия  | 1470 мг  |

## ДРУГИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

CYTOCARB II™ (уникальная комбинация углеводовных ветвлений, а также мальтодекстрины с короткой, средней и длинной линейной цепочкой с очень низкой "DE" (декстрозной эквивалентностью) обеспечивает комплексный углеводородный источник приблизительно на 96,5 %, не содержит сахара), CYTOPRO II™ (концентрат протеина молочной сыворотки, гидролизат протеина молочной сыворотки), моногидрат креатина, CYTOVITE II™ (смесь витаминов и минералов, состоящая из ацетата витамина А, холекальциферола, ацетата D-альфа токоферола, аскорбиновой кислоты, фолата, мононитрата тиамина, рибофлавина, ниацинамида, пиридоксина HCL, цианокобаламина, биотина, пантотеновой кислоты, фосфата дикальция, йодида калия, хлорида калия, фумерата железа, оксида магnezия, глюконата меди, оксида цинка, никотината хрома), целлюлозная камедь, ксантановая камедь, соевый лецитин, натуральные и искусственные ароматизаторы, цитрат калия, каррагенан, калий acesulfame, сукралоза.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:

Для получения наилучшего коктейля смешайте 4 ложки с 450 мл холодной воды (обеспечивает более 600 низкожирных калорий).

Или для получения большего количества калорий (900) смешайте 4 ложки с 450 мл низкокалорийного молока.

Для смешивания Monster Mass нет необходимости в специальных средствах, поскольку растворимость моментальная.

Принимайте по 3 порции ежедневно, и результат не заставит себя ждать.

# Monster Milk

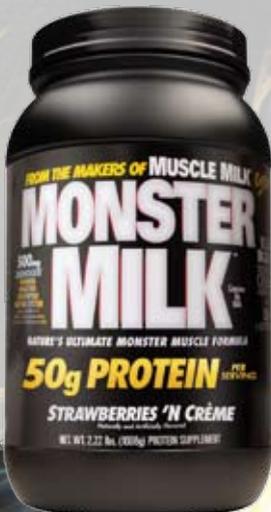
**MONSTER MILK** помогает расти мышцам быстрее, чем гейнеры, сыворотка или даже креатин. Такой дополнительный рост мышц возможен благодаря тому, что **MONSTER MILK** – это первый продукт, копирующий свойства основного природного анаболического источника питания – молока кормящей матери. Заключенный внутри человеческого молока секрет потенциального мышечного развития прежде никем не был раскрыт.

## После нескольких лет изучения Cytosport раскрыл его!

Cytosport, таким образом, вышел на новый уровень и на самом деле воспроизвел важные факторы мышечного роста в продукте **MONSTER MILK**. Способствуя росту, подобно человеческому молоку, Cytosport нашел пути улучшить свои достижения ради еще большего мышечного синтеза. Например, Cytosport сократил количество лактозы и жиров и смог воссоздать липиды, содержащиеся в человеческом молоке и способствующие росту чистой массы. Плюс Cytosport добавил к этому научное открытие, позволяющее Вам сделать большее из своего собственного протеина.

**MONSTER MILK** вывел мышечный рост на новый уровень благодаря трем вещам, которых нет у других продуктов подобного рода:

1. Креатин GCC – поддерживает производство креатина Вашим собственным организмом. Cytosport открыл революционный метод увеличения производства креатина Вашим собственным организмом. Эти факторы креатина помогают Вашему организму производить креатина больше, чем обычно. Креатиновые добавки хороши, но Ваш организм способен на большее. Плюс креатин GCC очищает от токсичного гомоцистеина, врага мышечного роста.
2. EvoPro – основная натуральная аминокислотная смесь. Человеческое молоко состоит из уникального комплекса протеинов, пептидов и аминокислот, вот причина того, почему мышечная ткань растет так быстро. EvoPro включает в себя альфа и бета мицеллярные казеины: а-лактальбумин, лактоферрин, глутаминовые пептиды и многое другое. Созданная на основе естественных веществ эта точная смесь призвана стимулировать мышечное развитие, и EvoPro служит в ней основным источником нитрогена.
3. Lean-липиды – «доброкачественные жиры», помогающие Вам избавиться от лишнего жира. Человеческое молоко содержит в себе определенные структуры жиров, которые в действительности способствуют избавлению от лишнего жира, аккумулируя при этом в организме больше энергии. Это улучшает термогенез, позволяя использовать протеин и аминокислоты для мышечного развития. Lean-липиды даже помогают удерживать критически важные для мышечного прироста минералы и являются богатым источником липидов для серьезных атлетов.



## Преимущества Monster Milk:

- Креатин GCC – увеличивает производство креатина для анаболического роста
- Мицеллярные протеины – стимулируют мышечный синтез
- Lean-липиды – жиры-«дизайнеры», способствующие избавлению от лишнего жира
- Пептиды роста – поддерживают нитрогеновый баланс
- Полный набор казеинов, пептидов и лактальбуминов – дают начало новому росту

- Лактоферрин – улучшает доставку кислорода
- Нулевое содержание лактозы

#### СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(2 ложки - 84 г продукта)

|  |          |
|--|----------|
| Калории  | 350 ккал |
| Калории от жиров   | 80 ккал  |
| Всего жиров  | 9 г      |
| Насыщенные жиры  | 3 г      |
| Холестерин   | 15 мг    |
| Всего углеводов  | 17 г     |
| Пищевые волокна  | 5 г      |
| Растворимые волокна  | 5 г      |
| Сахар  | 4 г      |
| Белок  | 50 г     |
| Тиамин (тиамин мононитрат)   | 2 мг     |
| Рибофлавин   | 2 мг     |
| Витамин B <sub>6</sub> (пиридоксина гидрохлорид)   | 4 мг     |
| Фолиевая кислота   | 400 мкг  |
| Витамин B <sub>12</sub> (цианокобаламин)   | 30 мкг   |
| Кальций  | 300 мг   |
| Хром (хром никотинат)  | 120 мкг  |
| Натрий   | 430 мг   |
| Калий  | 780 мг   |
| Monster Amino Matrix™  | 5 г      |
| L-глутамин, глутамин пептиды (гидролизированный пшеничной клейковиной), L-валин, L-лейцин, L-изолейцин |          |
| Monster Creatine Matrix™   | 1 г      |
| Kre-Alkalyn (буферизированный креатин, патент № 6399661), креатин GCC (бетаин Anhydrous, гликоциамин). |          |

80% насыщенных жиров – в форме триглицеридов средней цепи (МСТ). МСТ обычно сжигается и не влияет на накопление жиров, не является причиной атеросклероза.

#### СОВЕТ:

Используйте **Monster Milk** всегда, когда вам нужен сильный гейнер, но Вы хотите, чтобы он имел лучший вкус и был с более продвинутой анаболической формулой. Смешайте две ложки продукта с 300–500 мл воды. Хотите еще большего? Тогда используйте вместо воды молоко с низким содержанием жира. Вкус как у настоящего молочного шейка.

#### РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:

- **Monster Milk** перед тренировкой и во время нее способствует поступлению в организм нутриентов роста.
- После тренировки: После тренировки организм находится в катаболическом состоянии. **Monster Milk** помогает предотвратить мышечное разрушение, заставляя организм синтезировать мышечную ткань, хотя в обычных условиях мускулы в это время разрушаются.
- Перед сном: Сон – это на самом деле период катаболизма. Помните, что «завтрак» значит «наступившее завтра» избавляет Вас от объятий ночи. Во время любого голодания Ваша драгоценная мышечная ткань разрушается ради того, чтобы дать энергию.

# COMPLETE CASEIN

## АНТИКАТАБОЛИЧЕСКИЙ МИЦЕЛЛЯРНЫЙ ПРОТЕИН С МЕДЛЕННЫМ УСВОЕНИЕМ + ГЛЮТАМИН!

**Иногда медленнее — лучше**, особенно, когда речь идет о скорости усвоения протеина. В то время как быстрое усвоение протеина нужно непосредственно до и после тренировки, медленное высвобождение желательнее в остальное время. Казеиновый протеин чувствителен к уровню pH и кислотной среде желудка. В результате, ему нужно в два раза больше времени для расщепления на аминокислоты по сравнению с сывороткой и прочими протеинами.

Казеин — это самый распространенный протеин в коровьем молоке. Считается, что это высококачественный протеин, поскольку он легко усваивается и дает достаточное количество аминокислот, которые не могут быть синтезированы самим организмом.

**Еще одно полезное свойство казеина** заключается в том, что он дает чувство сытости. Казеин оказывает легкое давление на стенки желудка. Со стороны желудка поступают сигналы в головной мозг о том, что желудок наполнен. Казеин усваивается медленнее всех прочих типов протеина. Это позволяет создать эффект медленного высвобождения («time-released»), то есть постоянный приток аминокислот в мышцы на протяжении долгого периода времени.

**Бодибилдеры и атлеты, стремящиеся нарастить** чистую мышечную массу, сократят время восстановления и смогут избежать мышечного разрушения благодаря 100% Casein Protein. Также могут получить большую пользу от данного продукта лица, заинтересованные в улучшении качества своего сна.

### Исследования казеина

**Пожалуй, самое интересное исследование казеина, исследование Буари**, установило, что казеин примерно на 30% увеличивает протеиновый синтез, а также уменьшает катаболизм на 34%. Но более важно, что казеин способствует сохранению положительного баланса азота в течение 7 часов после употребления.

**Другое исследование обратило внимание на эффект казеина**, когда его использовали в программе 12-недельной тяжелоатлетической программы. Участники были разделены на две группы, каждая из которых придерживалась сбалансированной диеты, включая 75 грамм добавочного протеина в день. Отличие было только в источнике используемого протеина: в то время как первая группа использовала протеиновые коктейли, в основе которых была сыворотка, вторая группа использовала молочные протеиновые изоляты (80% казеина, 20% сыворотки). В конце исследования группа, использовавшая изолят молочного протеина, сбросила больше лишнего жира (7 кг против 4,2 кг), набрала больше чистой массы (4 кг против 2 кг), а также в целом стала сильнее, чем группа, использовавшая сыворотку.

### СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(1 ложка – 31 г продукта)

|                  |          |
|------------------|----------|
| Калории          | 110 ккал |
| Калории от жиров | 0 ккал   |
| Всего жиров      | 0 г      |
| Холестерин       | 10 мг    |
| Натрий           | 190 мг   |
| Калий            | 210 мг   |





|                 |       |
|-----------------|-------|
| Всего углеводов | 2 г   |
| Сахар           | 1 г   |
| Белок           | 25 г  |
| Кальций         | 150 г |

#### **ДРУГИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:**

Aminogen®, мицеллярный казеин, казеинат кальция, какао, натуральные и искусственные ароматизаторы, соль, целлюлозная камедь, ксантановое гумми, сукралоза.

#### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:**

Принимать Complete Casein можно: утром, в течение дня, в любое время, когда Вам нужен качественный протеин пролонгированного действия.

#### **!!! НО НЕ ЗАБУДЬТЕ !!!**

Ночь - самый длинный промежуток времени без протеина, выпивая порцию 100% Casein перед сном, вы защищаете Ваши мышцы на всю ночь.

# COMPLETE WHEY PROTEIN

ДОБАВКИ С ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННЫМ ПРОТЕИНОМ ЯВЛЯЮТСЯ НЕОТЪЕМЛЕМОЙ ЧАСТЬЮ ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ.

**COMPLETE WHEY PROTEIN** предлагает высококачественный протеин, без жира, сахара или углеводов. Эта формула делает продукт идеальным для вашей диеты. **COMPLETE WHEY PROTEIN** - это высококачественный продукт, легко усвояемый, легко смешиваемый по сравнению со всеми протеинами, которые когда-либо производились.

Никогда ранее не существовало такого протеина, который бы не только помогал быстро развивать мышечную массу, но и помогал бы в период восстановления после интенсивных тренировок. **COMPLETE WHEY PROTEIN** богат глютамином и аминокислотами с разветвленной цепью, цистеином, минералами, лактальбумином, лактоферрином и содержит лишь незначительное количество лактозы и жиров. **COMPLETE WHEY PROTEIN** богат питательными элементами, которые поднимают уровень глутатиона и улучшают вашу иммунную систему.

Исследования показали, что вещества, входящие в состав **COMPLETE WHEY PROTEIN** помогают повысить IGF-1 (аналогичный инсулину фактор роста), который позволяет вашему организму сжигать жиры и наращивать мышцы одновременно.

**COMPLETE WHEY PROTEIN** включает в себя пептиды молочной сыворотки с очень маленьким, маленьким, средним и большим молекулярным весом. Короткие и длинные цепи аминокислот, связанных вместе процессом гидролизата, представляют собой основной питательный элемент (азот) в самом идеальном состоянии, в котором он должен поглощаться метаболическими процессами организма человека.

## ВЫ НЕ ВЕРИТЕ В ПРЕВОСХОДНЫЙ ВКУС COMPLETE WHEY PROTEIN?

**COMPLETE WHEY PROTEIN** растворяется в холодной воде, миксер не нужен! Только несколько движений ложкой!

Действительно! Вы можете добавлять **COMPLETE WHEY PROTEIN** в йогурт, кукурузные хлопья, пирожные, вафли, овсяную кашу и т.д.

Поскольку **COMPLETE WHEY PROTEIN** почти не содержит лактозу, он подходит для всех.

## КОЛИЧЕСТВО ГРАММОВ АМИНОКИСЛОТ НА 100 Г ЧИСТОГО ПРОТЕИНА:

### Основные аминокислоты

|                    |        |
|--------------------|--------|
| L-лейцин (BCAA)    | 11,5 г |
| L-изолейцин (BCAA) | 6,5 г  |
| L-валин (BCAA)     | 6,2 г  |
| L-лизин            | 9,6 г  |
| L-треонин          | 6,8 г  |
| L-метионин         | 2,2 г  |
| L-фенилаланин      | 3,5 г  |
| L-триптофан        | 1,8 г  |

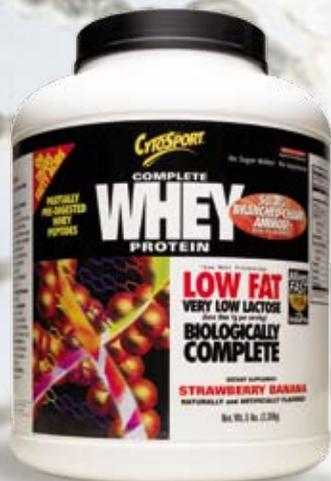
Триптофан – это природно-встречающийся компонент сывороточного белка молока. В другой форме триптофан не встречается.

### Исключительный коэффициент ВСАА по отношению к ЕАА:

|            |      |
|------------|------|
| Общий ВСАА | 24,2 |
| Общий ЕАА  | 48,1 |

### Условно основные аминокислоты

|            |       |
|------------|-------|
| L-аргинин  | 2,5 г |
| L-хистидин | 2,0 г |



#### НЕ ОСНОВНЫЕ АМИНОКИСЛОТЫ

|                         |        |
|-------------------------|--------|
| L-аланин                | 5,2 г  |
| L-аспарагиновая кислота | 11,2 г |
| L-глутаминовая кислота  | 12,5 г |
| L-глицин                | 1,9 г  |
| L-пролин                | 5,9 г  |
| L-серин                 | 4,9 г  |
| L-тирозин               | 3,2 г  |
| L-цистеин               | 2,6 г  |

#### СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(1 ложка – 22 г продукта):

|                   |         |
|-------------------|---------|
| Калории           | 90 ккал |
| Калории от жиров  | 15 ккал |
| Итого жиры        | 1,5 г   |
| Насыщенные жиры   | 1 г     |
| Холестерин        | 45 мг   |
| Итого углеводы    | 2 г     |
| Пищевая клетчатка | 1 г     |
| Протеин           | 16 г    |
| Кальций           | 109 мг  |
| Натрий            | 80 мг   |
| Калий             | 200 мг  |

#### ДРУГИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

Концентрат протеина молочной сыворотки, какао-порошок, гидролизат протеина молочной сыворотки, натуральные и искусственные ароматизаторы, соль, калий аcesulfame, цукралоза, соевый лецитин.

#### РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:

Смешайте одну ложку (22 г) в 200-300 мл холодной воды, нежирного молока или вашего любимого напитка.

Принимайте 2-3 раза в день, в зависимости от ваших потребностей. Для смешивания не требуются специальные средства

## ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННЫЙ ИЗОТОНИЧЕСКИЙ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ НАПИТОК.

Продукт включает смесь простых и сложных углеводов (фруктоза, декстроза, мальтодекстрин, амилопектин, альфа-L-полилактат), аскорбиновую кислоту, лимонную кислоту, L-аланин, L-глутамин, хрома пиколинат, которые в комплексе обеспечивают быстрое и длительное высвобождение энергии до и в течение физической нагрузки.

Употребление данной смеси до и во время тренировки способствует высвобождению эндогенного (внутреннего) карнитина, который является активным жиросжигающим фактором.

Напиток, принятый после тренировки, восстанавливает энергетический и водно-солевой баланс.

Ни один другой напиток в мире не обладает такими же качествами энергетического напитка, как **СЮТО МАХ**.

## ИССЛЕДОВАНИЯ, КОТОРЫЕ ПРОВОДИЛИСЬ В УНИВЕРСИТЕТЕ, ДОКАЗАЛИ, ЧТО СЮТОМАХ:

- Снижает уровень молочной кислоты во время и после тренировок на 40%;
- Стабилизирует энергию во время усиленных тренировок на 10% для повышения работоспособности – особенно ближе к концу вашей тренировки;
- Сокращает напряжение, полученное во время тренировки на 20%, поэтому вы чувствуете себя менее уставшим;
- Сокращает коэффициент потребления кислорода на 11%. У вас остается больше сил (так как остается больше NO<sub>2</sub>) для повышения производительности;
- Способствует рекуперации энергии на 10% и сводит к минимуму различия в работоспособности в различные дни тренировок.

В дополнение к этому **СЮТО МАХ** содержит электролиты, не содержит цукрозу и содержит достаточное количество натрия. Эти результаты возможны благодаря открытию нового уникального и запатентованного энергетического компонента – альфа-L-полилактата. Этот вид лактата эффективно используется для энергетических продуктов, он проникает в ткань в 2-10 раз быстрее и уменьшает кислотность ткани.

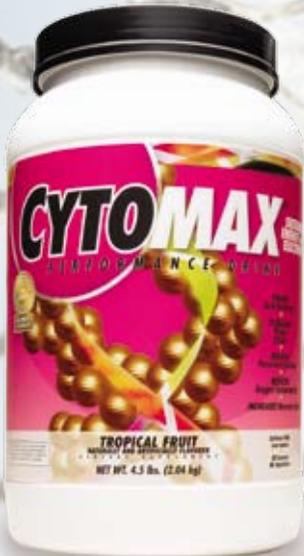
## СЮТОМАХ КАК ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ НАПИТОК

- Смягчает действие кислот
- Стабилизирует энергетическую производительность
- Уменьшает полученное напряжение
- Сокращает потребление кислорода
- Увеличивает скорость восстановления

Альфа-L-полилактат в комбинации с нашими специальными углеводами придает вам значительную энергию.

Это означает, что спортсмены отличаются лучшими физическими способностями по истечении 3 часов после тренировок, если они употребляют энергетический напиток **СЮТО МАХ**. **СЮТО МАХ** помогает сохранять энергию на протяжении длительного периода времени, поэтому с ним вы можете тренироваться дольше обычного. Если вы хотите повысить свою выносливость и скорость, употребляйте **СЮТО МАХ** и тренируйтесь дольше. Вы сможете потратить больше калорий с меньшей потерей мышечной массы.

Калории **СЮТО МАХ**, основанного на лактате, идеальны, потому что они практически не превращаются в жир.



## СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(1 ложка – 25 г продукта)

|                  |         |
|------------------|---------|
| Калории          | 90      |
| Калории от жиров | 0       |
| Итого жиры       | 0 г     |
| Насыщенные жиры  | 0 г     |
| Холестерин       | 0 мг    |
| Итого углеводы   | 22 г    |
| Сахар            | 12 г    |
| Протеин          | 0 г*    |
| Электролиты:     |         |
| Натрий           | 120 мг  |
| Калий            | 60 мг   |
| Магний           | 14 мг   |
| Витамин А        | 5000 МЕ |
| Витамин С        | 60 мг   |
| Кальций          | 6 мг    |
| Железо           | 0 мг    |
| Хром             | 50 мкг  |

\* Данный продукт не содержит протеин, содержит только выбранные аминокислоты, как указано в составе ингредиентов.

## ДРУГИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:

Уникальный углеводородный комплекс CytoSport, включая амилопектин и мальтодекстрины, кристаллизованная фруктоза, декстроза, альфа-L-полилактат (наша запатентованная формула L-лактата, содержащая некислоотообразующий L-лактат, ионически связанный с L-аргинином), натуральные и искусственные ароматизаторы, лимонная кислота, яблочная кислота, цитрат натрия, цитрат калия, экстракт семян гуарана, порошок краснокочанной капусты (добавлен для цвета), аскорбиновая кислота, L-аланин, L-глутамин, калий аcesulfame, рутин, бета-каротин, кверцетин, женьшень, оксид магния, гуаровая смола, ксантановая смола, лимонный биофлавоноид, фосфат дикальция, никотинат хрома, пальмитат витамина А, сукцинат магния, сукцинат калия, сукцинат кальция.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:

Смешайте от одной до полутора ложек **СУТО МАХ** с 500 мл воды. Начинайте пить этот напиток во время тренировки. Пейте по 150 мл каждые 15 минут. После тренировки в течение последующего часа медленно выпейте оставшиеся 200 мл напитка, чтобы помочь восстановлению сил.

**MUSCLE MILK** помогает расти мышцам быстрее, чем гейнеры, сыворотка или даже креатин. Такой дополнительный рост мышц возможен благодаря тому, что **MUSCLE MILK** - это первый продукт, копирующий свойства основного природного анаболического источника питания – молока кормящей матери.

Заключенный внутри человеческого молока секрет потенциального мышечного развития прежде никем не был раскрыт.

## ПОСЛЕ НЕСКОЛЬКИХ ЛЕТ ИЗУЧЕНИЯ CYTOSPORT РАСКРЫЛ ЕГО!

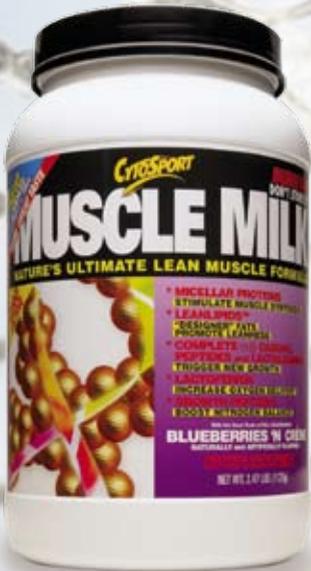
Cytosport, таким образом, вышел на новый уровень и на самом деле воспроизвел важные факторы мышечного роста в продукте **MUSCLE MILK**. Способствуя росту, подобно человеческому молоку, Cytosport нашел пути улучшить свои достижения ради еще большего мышечного синтеза. Например, Cytosport сократил количество лактозы и жиров и смог воссоздать липиды, содержащиеся в человеческом молоке и способствующие росту чистой массы. Плюс Cytosport добавил к этому научное открытие, позволяющее Вам сделать большее из своего собственного протеина.

## MUSCLE MILK ВЫВЕЛ МЫШЕЧНЫЙ РОСТ НА НОВЫЙ УРОВЕНЬ БЛАГОДАРЯ ТРЕМ ВЕЩАМ, КОТОРЫХ НЕТ У ДРУГИХ ПРОДУКТОВ ПОДОБНОГО РОДА:

1. Креатин ГСС – поддерживает производство креатина Вашим собственным организмом. Cytosport открыл революционный метод увеличения производства креатина Вашим собственным организмом. Эти факторы креатина помогают Вашему организму производить креатина больше, чем обычно. Креатиновые добавки хороши, но Ваш организм способен на большее. Плюс креатин ГСС очищает от токсичного гомоцистеина, врага мышечного роста.

2. EvoPro – основная натуральная аминокислотная смесь. Человеческое молоко состоит из уникального комплекса протеинов, пептидов и аминокислот, вот причина того, почему мышечная ткань растет так быстро. EvoPro включает в себя альфа и бета мицеллярные казеины: а-лактальбумин, лактоферрин, глутаминовые пептиды и многое другое. Созданная на основе естественных веществ эта точная смесь призвана стимулировать мышечное развитие, и EvoPro служит в ней основным источником нитрогена.

3. Leap-липиды – («доброкачественные жиры»), помогающие Вам избавиться от лишнего жира. Человеческое молоко содержит в себе определенные структуры жиров, которые в действительности способствуют избавлению от лишнего жира, аккумулируя при этом в организме больше энергии. Это улучшает термогенез, позволяя использовать протеин и аминокислоты для мышечного развития. Leap-липиды даже помогают удерживать критически важные для мышечного прироста минералы и являются богатым источником липидов для серьезных атлетов.



## ПРЕИМУЩЕСТВА MUSCLE MILK:

- Креатин ГСС – увеличивает производство креатина для анаболического роста
- Мицеллярные протеины – стимулируют мышечный синтез
- Leap-липиды – жиры-«дизайнеры», способствующие избавлению от лишнего жира
- Пептиды роста – поддерживают нитрогеновый баланс
- Полный набор казеинов, пептидов и лактальбуминов – дают начало новому росту
- Лактоферрин – улучшает доставку кислорода
- Нулевое содержание лактозы

## СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(1 ложка - 35 г продукта):

|                         |          |
|-------------------------|----------|
| Калории                 | 170 ккал |
| Калории от жиров        | 80 ккал  |
| Итого жиры              | 9 г      |
| Насыщенные жиры         | 4 г      |
| Холестерин              | 5 мг     |
| Натрий                  | 100 мг   |
| Калий                   | 300 мг   |
| Всего углеводов         | 6 г      |
| Пищевая клетчатка       | 0 г      |
| Протеин                 | 16 г     |
| Витамин А               | 16 %     |
| Витамин С               | 16 %     |
| Витамин D               | 16 %     |
| Витамин Е               | 16 %     |
| Тиамин                  | 16 %     |
| Рибофлавин              | 16 %     |
| Ниацин                  | 16 %     |
| Витамин В <sub>6</sub>  | 16 %     |
| Фолиевая кислота        | 16 %     |
| Витамин В <sub>12</sub> | 16 %     |
| Биотин                  | 16 %     |
| Пантотеновая кислота    | 16 %     |
| Кальций                 | 16 %     |
| Железо                  | 6 %      |
| Фосфор                  | 16 %     |
| Йод                     | 16 %     |
| Магний                  | 16 %     |
| Цинк                    | 16 %     |
| Медь                    | 16 %     |
| Хром 50 мкг             | 42 %     |

\*Дневные значения в процентах основаны на диете 2000 калорий в день. Ваши дневные значения могут быть выше или ниже в зависимости от вашей индивидуальной потребности в калориях.

80% насыщенных жиров – в форме триглицеридов средней цепи (МСТ). МСТ обычно сжигается и не влияет на накопление жиров, не является причиной атеросклероза.

## СОВЕТ:

Используйте **MUSCLE MILK** всегда, когда Вам нужен гейнер, но Вы хотите, чтобы он имел лучший вкус и был более продвинутой анаболической формулой. Смешайте две ложки продукта с 280–315 мл воды. Хотите еще большего? Тогда используйте вместо воды молоко с низким содержанием жира. Вкус как у настоящего молочного шейка. Честное слово!

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:

- **MUSCLE MILK** перед тренировкой и во время нее способствует поступлению в организм нутриентов роста.
- **После тренировки:** После тренировки организм находится в катаболическом состоянии. **MUSCLE MILK** помогает предотвратить мышечное разрушение, заставляя организм синтезировать мышечную ткань, хотя в обычных условиях мускулы в это время разрушаются.
- **Перед сном:** Сон – это на самом деле период катаболизма. Помните, что «завтрак» значит «наступившее завтра» избавляет Вас от объятий ночи. Во время любого голодания Ваша драгоценная мышечная ткань разрушается ради того, чтобы дать энергию.

# MUSCLE MILK LIGHT

## ЦЫТОСПОРТ БЫЛ ОШЕЛОМЛЕН ПОРАЗИТЕЛЬНЫМ УСПЕХОМ MUSCLE MILK.

Единственная просьба потребителей заключалась в том, чтобы сделать Muscle Milk с меньшим количеством жиров и калорий, но вкус должен был остаться тот же!

### Мы... услышали Вас.

Представляем Вам **MUSCLE MILK LIGHT** - те же отличные свойства – тот же превосходный вкус – но на 1/3 меньше жира и на 44% меньше калорий, чем в первоначальном Muscle Milk.

**MUSCLE MILK LIGHT** – научно разработан для тех, кто хочет максимизировать наращивание мышечной массы, но при этом сократить потребление калорий, для того чтобы управлять весом или его потерей. Основным условием для контроля над весом является поддержание здорового уровня сахара в крови.

Низкий уровень энергии часто является результатом несоответствующего уровня сахара в крови. Соблюдая все меры предосторожности, вам не придется жертвовать своим здоровьем в пользу того, как вы выглядите. При использовании с пищей **MUSCLE MILK LIGHT** гарантирует соответствующую энергию и наличие аминокислот. Это приводит к повышению уровня энергии, нормализации уровня инсулина.

Две или три порции **MUSCLE MILK LIGHT** между сбалансированными приемами пищи надолго удовлетворяют голод.

Вы никогда не будете голодны, у вас появится больше энергии. При комбинации с силовыми нагрузками эта небольшая порция добавки будет способствовать наращиванию мышечной массы и сжиганию накопленных жиров.

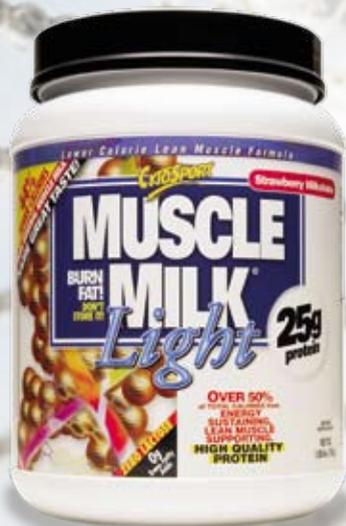
Наполните ваш организм высококачественными питательными элементами - и вы сможете управлять своим весом.

## MUSCLE MILK LIGHT – ИДЕАЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ЗАПОЛНИТЬ ПРОБЕЛЫ В ВАШЕЙ ЕЖЕДНЕВНОЙ ПРОГРАММЕ ПИТАНИЯ – НАСЛАЖДАЙТЕСЬ!

### СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(2 ложки – 50 г продукта)

|                         |         |
|-------------------------|---------|
| Калории                 | 95 ккал |
| Калории от жиров        | 50 ккал |
| Итого жиры              | 6 г     |
| Насыщенные жиры         | 2,5 г   |
| Холестерин              | 5 мг    |
| Натрий                  | 125 мг  |
| Витамин А               | 1750 IU |
| Витамин С               | 21 мг   |
| Витамин D               | 140 МЕ  |
| Витамин E               | 11 МЕ   |
| Тиамин                  | 0,5 мг  |
| Рибофлавин              | 0,6 мг  |
| Ниацин                  | 7 мг    |
| Витамин B <sub>6</sub>  | 0,7 мг  |
| Фолат                   | 140 мкг |
| Витамин B <sub>12</sub> | 2,1 мкг |
| Биотин                  | 105 мкг |
| Пантотеновая кислота    | 4 мг    |
| Кальций                 | 600 мг  |





|        |        |
|--------|--------|
| Железо | 6 мг   |
| Фосфор | 350 мг |
| Йод    | 53 мкг |
| Магний | 140 мг |
| Цинк   | 5 мг   |
| Медь   | 0,7 мг |

#### **ДРУГИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:**

EVOPRO™ (мицеллярные альфа- и бета-казеины и казеинаты, изолат протеина молочной сыворотки (богатый на альфа-лактальбумин, бета-лактоглобулин, гликомакропептиды, таурин, лактоферрин), мальтодекстрин.

LEANLIPi DS™ (липидный комплекс, не содержащий транс-жиров, состоящий из масла канолы, подсолнечного и сафлорового масла, МСТ, L-карнитина).

CYTOVITE 1™ (смесь витаминов и минералов, состоящая из ацетата витамина А, холекальциферола, ацетата D-альфа-токоферола, аскорбиновой кислоты, фолата, мононитрата тиамина, рибофлавина, ниацинамида, пиридоксина HCL, цианокобаламина, биотина, пантотеновой кислоты, фосфата дикальция, иодида калия, хлорида калия, фумерата железа, оксида магnezия, глюконата меди, оксида цинка, никотината хрома), фруктоза, натуральные и искусственные ароматизаторы, замороженные кусочки клубники, порошок свекольного сока, целлюлозная камедь, ксантановая камедь, калий аcesulfame, каррагенан, sucralose, соевый лецитин.

#### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:**

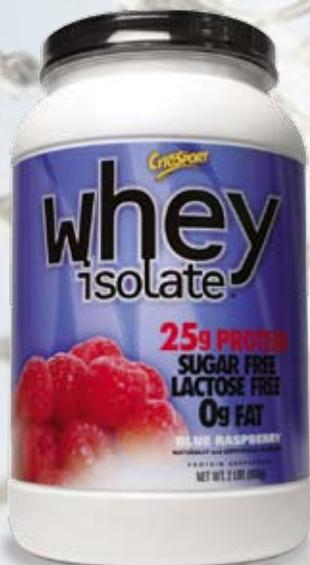
Для получения вкуснейшего коктейля смешайте две ложки с 250-300 мл холодной воды. Принимайте по 2-3 порции в день.

# WHEY ISOLATE

**WHEY ISOLATE** – биоактивный изолят молочной сыворотки, полученный из контролируемого сырья наивысшего качества путем холодного процесса CFM ультрафильтрации, микрофильтрации и фракционирования. **WHEY ISOLATE** содержит в исходной сухой сыворотке 98-99% протеина, обладает наивысшей биологической ценностью и имеет великолепные естественные вкусы. Вей Изолят Протеин создан по самой передовой технологии, и не содержит ионообменных и денатурированных белков.

**WHEY ISOLATE** – биоактивный сывороточный изолят высочайшей концентрации и биологической ценности. Предназначен для самых продвинутых спортсменов и служит для интенсивного синтеза сухой мышечной массы, а также для восстановления, особенно в период подготовки к соревнованиям. Легко и быстро усваивается, служит источником энергии, BCAA и незаменимых аминокислот. Вей Изолят содержит натуральные биоактивные элементы, поддерживает иммунную систему, усиливает защитные силы организма, улучшает пищеварение, контролирует аппетит.

Уникальные свойства **WHEY ISOLATE** достигаются в результате использования лучшего из возможных видов сырья – низкотемпературной CFM ультра- и микрофильтрации с последующим фракционированием. Это позволяет получить лучший из возможных продуктов в своем классе, избежать потери биологически активных фракций сывороточного белка, его денатурирования (повреждения) и сохранить всю его силу как пищевого компонента и пробиотика. В Вей Изолят не используется ионообменный протеин, поскольку он лишает продукт ценных составляющих и естественных пропорций. **WHEY ISOLATE** обеспечивает максимально быстрое насыщение крови BCAA и другими свободными аминокислотами до высочайшего уровня и снабжает организм пробиотиками. Это обеспечивает максимальную эффективность Вей Изолят как источника энергии, BCAA и аминокислот, для высокой работоспособности, для синтеза мышечной ткани, для быстрого восстановления. Повышенное содержание альфа-лактальбумина, лактоферрина, иммуноглобулинов и гликомакропептидов, являющихся пробиотиками, делает Вей Изолят биоактивным, то есть имеющим свойства активной защиты организма спортсмена в условиях интенсивных тренировок. Эти фракции способствуют отличному усвоению продукта, помогают контролировать аппетит, усиливают защитные силы организма, снижают риск развития вирусных и бактериальных инфекций, улучшают пищеварение и усвоение белка и кальция, способствуют развитию бифидобактерий – дружелюбной флоры кишечника.



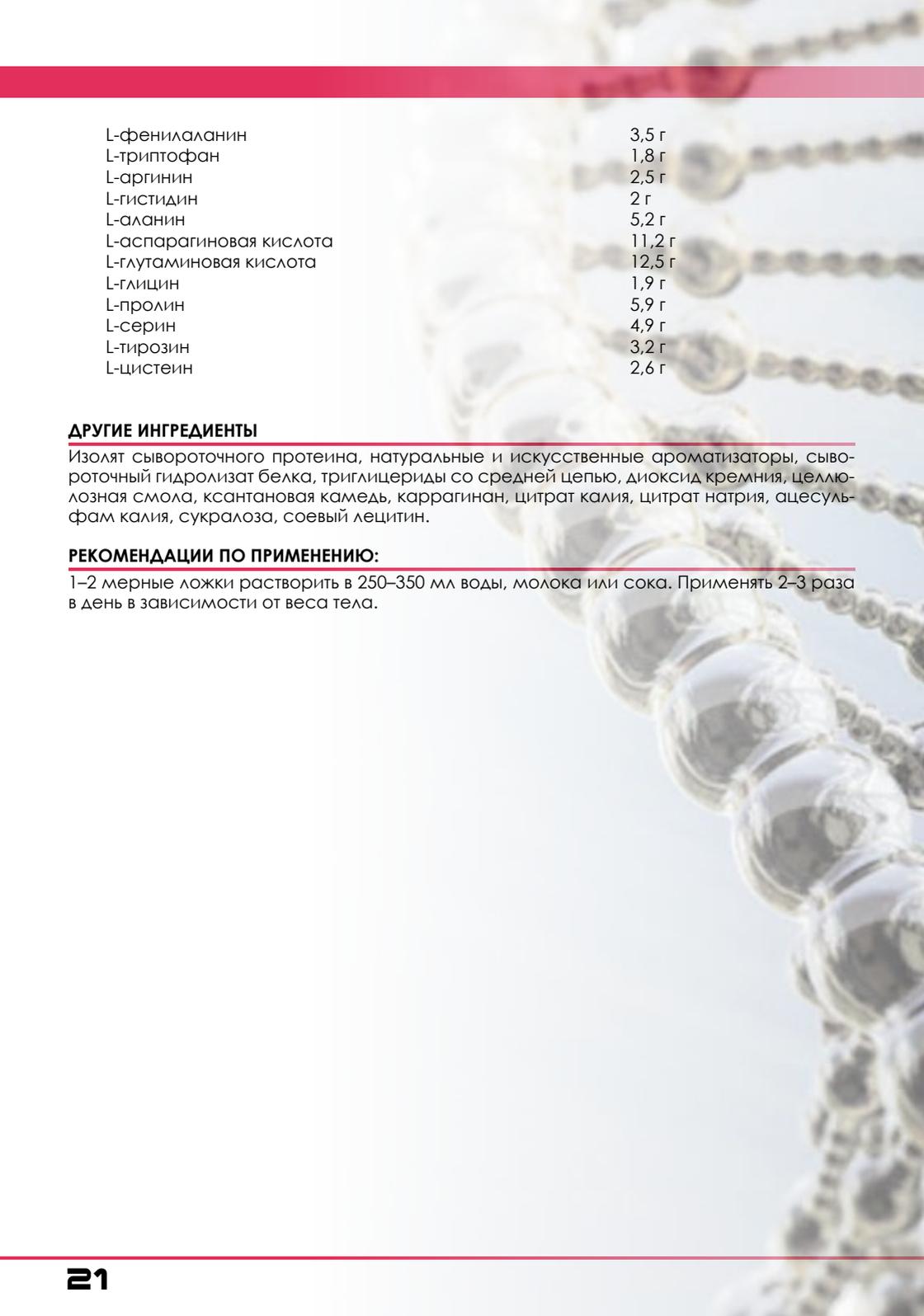
## СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(1 ложка – 30 г продукта)

|                 |          |
|-----------------|----------|
| Калории         | 110 ккал |
| Всего жиров     | 0 г      |
| Холестерин      | 5 мг     |
| Всего углеводов | 3 г      |
| Сахар           | 0 г      |
| Белок           | 25 г     |
| Кальций         | 110 мг   |
| Фосфор          | 60 мг    |
| Натрий          | 130 мг   |
| Калий           | 220 мг   |

## ГРАММ АМИНОКИСЛОТ НА 100 ГРАММ ЧИСТОГО БЕЛКА:

|                    |        |
|--------------------|--------|
| L-лейцин (BCAA)    | 11,5 г |
| L-изолейцин (BCAA) | 6,5 г  |
| L-валин (BCAA)     | 6,2 г  |
| L-лизин            | 9,6 г  |
| L-треонин          | 6,8 г  |
| L-метионин         | 2,2 г  |



|                         |        |
|-------------------------|--------|
| L-фенилаланин           | 3,5 г  |
| L-триптофан             | 1,8 г  |
| L-аргинин               | 2,5 г  |
| L-гистидин              | 2 г    |
| L-аланин                | 5,2 г  |
| L-аспарагиновая кислота | 11,2 г |
| L-глутаминовая кислота  | 12,5 г |
| L-глицин                | 1,9 г  |
| L-пролин                | 5,9 г  |
| L-серин                 | 4,9 г  |
| L-тирозин               | 3,2 г  |
| L-цистеин               | 2,6 г  |

### **ДРУГИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ**

---

Изолят сывороточного протеина, натуральные и искусственные ароматизаторы, сывороточный гидролизат белка, триглицериды со средней цепью, диоксид кремния, целлюлозная смола, ксантановая камедь, каррагинан, цитрат калия, цитрат натрия, аццесульфам калия, сукралоза, соевый лецитин.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:**

---

1–2 мерные ложки растворить в 250–350 мл воды, молока или сока. Применять 2–3 раза в день в зависимости от веса тела.

## ЧТО НЕОБХОДИМО ДЛЯ МАССИВНЫХ, ТВЕРДЫХ МЫШЦ?

1. Белок – качественные аминокислоты и большое их количество
2. Углеводы – комплексные и качественные углеводы, а также большое их количество!
3. Усердная работа

**CYTO GAINER** создан специально для Вас, если Вам необходимы большие дозы протеина и углеводов, без жира и сахара.

Если Вы похожи на большинство из нас, то, наверное, Вы устали от жира и сахара в вашей диете, и, конечно, вам не хотелось бы добавлять его вместе с пищевыми добавками.

Забудьте все неприятные ощущения, связанные с употреблением дешевых и низкокачественных протеинов.

**CYTO GAINER** содержит высококачественные пептиды молочной сыворотки и не содержит лактозы на 98 %!

Каждый прием **CYTO GAINER** обеспечивает 54 г протеина, который имеет:

Биологическую ценность – 104. Очень высокая.

Использование чистого белка - 94 %

Усвояемость протеинов - 95 %

**CYTOGAINER** содержит богатые глютамином, частично переваренные пептиды молочной сыворотки для улучшенной синтеза протеинов. Каждая порция также содержит частицы, используемые для того, чтобы показать увеличение IGF-1 (аналогичный инсулину фактор роста). Ваш организм ответит на эти фракции молочной сыворотки вместе с аминокислотами, которые содержатся в **CYTO GAINER** и которые несут ответственность за рост мышц. Что касается углеводов, то **CYTO GAINER** не содержит сахар, фруктозу и цукрозу. Комплексные мальтодекстрины **CYTO GAINER**, полученные из кукурузных гибридов, специально разработаны для того, чтобы предоставить вам время высвободить свою энергию. Вы не верите в то, что сможете получить новый заряд энергии даже во время самых интенсивных тренировок. Вы также пополните запасы гликогена печени и мышц после тренировок.

## СYTOGAINER ОБЕСПЕЧИВАЕТ ВАС СТАБИЛЬНЫМ ТОПЛИВОМ, ЧТО СПОСОБСТВУЕТ УСКОРЕНИЮ РОСТА ВАШИХ МЫШЦ!

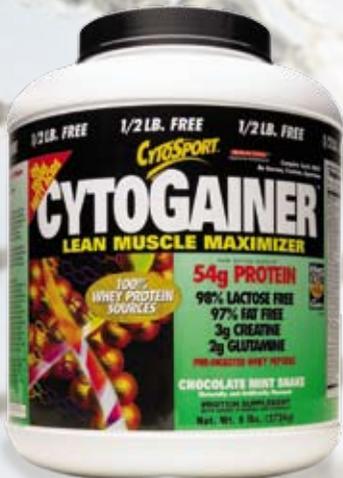
- 
- 
- 

100 %-ный источник протеина молочной сыворотки

Каждая порция содержит 54 г протеина

Не содержит лактозу на 98 %

- Не содержит жиры на 96 %
- Содержит 3 г креатина
- Содержит 2 г глютамина



## Используйте СYТО GAINER трижды в день.

Оптимальное время для приема **CYTO GAINER** – это в течение 35-45 минут незамедлительно после тренировки.

Именно этот период времени имеет значение, потому что ваши мышцы поглощают приблизительно 80 % аминокислот и углеводов, которые требуются им для роста в течение двух часов, следующих после тренировки. **CYTO GAINER** обеспечивает правильными видами комплексных углеводов в оптимальных количествах, способствуя при этом вашему метаболизму для использования накопленного жира. Для получения дополнительной порции протеина и энергии используйте **CYTO GAINER** в качестве заменителя пищи несколько раз в день. Итоговая порция перед сном обеспечит ваши мышцы всем необходимым для роста и восстановления даже во время сна.

Вы не верите, что **CYTO GAINER**, растворенный в молоке или воде, очень вкусен и превосходит! Не имеет значения, как Вы смешиваете его, самое главное, что он эффективен в наращивании Вашей мышечной массы!

#### **ТИПИЧНЫЙ АМИНОКИСЛОТНЫЙ СОСТАВ (В 100 Г ЧИСТОГО ПРОТЕИНА):**

|                    |        |
|--------------------|--------|
| L-лейцин (BCAA)    | 11,5 г |
| L-изолейцин (BCAA) | 6,5 г  |
| L-валин (BCAA)     | 6,2 г  |
| L-лизин            | 9,6 г  |
| L-треонин          | 6,8 г  |
| L-метионин         | 2,2 г  |
| L-пенилаланин      | 3,5 г  |
| L-триптофан        | 1,8 г  |

триптофан – это природно-встречающийся компонент протеина пшеницы. Другие формы триптофана отсутствуют.

#### **СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:**

(4 ложки - 150 г продукта):

|                         |          |
|-------------------------|----------|
| Калории                 | 580 ккал |
| Калории от жиров        | 45 ккал  |
| Итого жиры              | 5 г      |
| Насыщенные жиры         | 2,5 г    |
| Транс-жиры              | 0        |
| Холестерин              | 150 мг   |
| Натрий                  | 230 мг   |
| Калий                   | 540 мг   |
| Итого углеводы          | 79 г     |
| Пищевая клетчатка       | 1 г      |
| Сахар                   | 6 г      |
| Протеин                 | 54 г     |
| Витамин А               | 33 %     |
| Витамин С               | 33 %     |
| Витамин D               | 33 %     |
| Витамин Е               | 33 %     |
| Тиамин                  | 33 %     |
| Рибофлавин              | 33 %     |
| Ниацин                  | 33 %     |
| Витамин В <sub>6</sub>  | 33 %     |
| Фолиевая кислота        | 33 %     |
| Витамин В <sub>12</sub> | 33 %     |
| Биотин                  | 33 %     |
| Пантотеновая кислота    | 33 %     |
| Кальций                 | 33 %     |
| Железо                  | 33 %     |
| Фосфор                  | 33 %     |
| Йод                     | 33 %     |
| Магний                  | 33 %     |
| Цинк                    | 33 %     |
| Медь                    | 33 %     |
| Хром                    | 83 %     |

\*Дневные значения в процентах основаны на диете 2000 калорий в день.

## **ДРУГИЕ ИНГРЕДИЕНТЫ:**

СYТОСАRВ II™ (уникальная комбинация углеводных ветвлений, а также мальтодекстрины с короткой, средней и длинной линейной цепочкой с очень низкой "DE" (декстрозной эквивалентностью) обеспечивает комплексный углеводородный источник приблизительно на 96,5 %, не содержит сахара), СYТОPRO II™ (концентрат протеина молочной сыворотки, гидролизат протеина молочной сыворотки), моногидрат креатина, СYТОВИТЕ I™ (смесь витаминов и минералов, состоящая из ацетата витамина А, холекальциферола, ацетата D-альфа токоферола, аскорбиновой кислоты, фолата, мононитрата тиамина, рибофлавина, ниацинамида, пиридоксина HCL, цианкобаламина, биотина, пантотеновой кислоты, фосфата дикальция, йодида калия, хлорида калия, фумерата железа, оксида магнезия, глюконата меди, оксида цинка, никотината хрома), целлюлозная камедь, ксантановая камедь, соевый лецитин, натуральные и искусственные ароматизаторы, цитрат калия, каррагенан, калий аcesulfame, сукралоза.

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:**

Для получения наивкуснейшего коктейля смешайте 4 ложки с 450 мл холодной воды (обеспечивает более 600 низкожирных калорий).

Или для получения большего количества калорий (900) смешайте 4 ложки с 450 мл низкокалорийного молока.

Для смешивания **CYTO GAINER** нет необходимости в специальных средствах, поскольку растворимость моментальная.

Принимайте по 3 порции ежедневно, и результат не заставит себя ждать.

# MUSCLE MILK LIGHT БАТОНЧИКИ

Энергетический батончик **MUSCLE MILK LIGHT** – вкусная шоколадка с наполнителем на основе знаменитого **MUSCLE MILK LIGHT**, удобный в применении, мощный источник дополнительной энергии на основе натуральных высококачественных углеводов с добавкой протеинов, обогащенный витаминами.

## ДИЕТИЧЕСКИЙ ПРОДУКТ ДЛЯ ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ И ЛЮБИТЕЛЕЙ АКТИВНОГО И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.

Энергетический батончик является удобным в применении, эффективным и сбалансированным источником энергии. Он содержит углеводы как кратковременного, так и среднего, а также длительного действия, которые усваиваются организмом в разное время. Таким образом, спортсмен во все время тренировки, либо спортивного соревнования продолжает снабжаться энергией. Протеины высокой биологической ценности также оказывают энергетическую поддержку организму, одновременно способствуя развитию анаболических и предотвращению катаболических процессов в период интенсивных тренировок и после их окончания.

Витамины и минеральные вещества помогают предотвратить нехватку питательных веществ при интенсивных тренировках.

Батончик удобно употреблять как между основными приемами пищи, так и заменяя их. Батончик имеет замечательный вкус и может использоваться как полезное лакомство.

### СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(1 батончик - 45 г):

|                   |          |
|-------------------|----------|
| Калории           | 170 ккал |
| Калории от жиров  | 50 ккал  |
| Итого жиры        | 6 г      |
| Насыщенные жиры   | 4 г      |
| Транс-жиры        | 0 г      |
| Холестерол        | 0 мг     |
| Итого углеводы    | 18 г     |
| Пищевая клетчатка | 4 г      |
| Сахар             | 9 г      |
| Протеин           | 15 г     |
| Витамин А         | 0 %      |
| Витамин С         | 0 %      |
| Кальций           | 6 %      |
| Железо            | 2 %      |
| Натрий            | 105 мг   |
| Калий             | 110 мг   |

### РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:

Употребляйте между обычными приемами пищи до и после тренировки, либо придерживайтесь программы, указанной Вашим дипломированным тренером.



# MUSCLE MILK БАТОНЧИКИ

Энергетический **БАТОНЧИК MUSCLE MILK** – вкусная шоколадка с наполнителем на основе знаменитого Muscle Milk, удобный в применении, мощный источник дополнительной энергии на основе натуральных высококачественных углеводов с добавкой протеинов, обогащенный витаминами.

## ДИЕТИЧЕСКИЙ ПРОДУКТ ДЛЯ ПИТАНИЯ СПОРТСМЕНОВ И ЛЮБИТЕЛЕЙ АКТИВНОГО И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.

Энергетический батончик является удобным в применении, эффективным и сбалансированным источником энергии. Он содержит углеводы как кратковременного, так и среднего, а также длительного действия, которые усваиваются организмом в разное время. Таким образом, спортсмен во все время тренировки, либо спортивного соревнования продолжает снабжаться энергией. Протеины высокой биологической ценности также оказывают энергетическую поддержку организму, одновременно способствуя развитию анаболических и предотвращению катаболических процессов в период интенсивных тренировок и после их окончания.

Витамины и минеральные вещества помогают предотвратить нехватку питательных веществ при интенсивных тренировках.

Батончик удобно употреблять как между основными приемами пищи, так и заменяя их. Батончик имеет замечательный вкус и может использоваться как полезное лакомство.

### СОСТАВ НА ПОРЦИЮ:

(1 батончик - 73 г)

|                    |          |
|--------------------|----------|
| калории            | 300 ккал |
| калории от жиров – | 100 ккал |
| Итого жиры         | 11г      |
| Насыщенные жиры    | 8 г      |
| Транс-жиры         | 0 г      |
| Холестерин         | 5 мг     |
| Итого углеводы     | 28 г     |
| Пищевая клетчатка  | 1г       |
| Сахара             | 11 г     |
| Протеин            | 25 г     |
| Витамин А          | 0 %      |
| Витамин С          | 0 %      |
| Кальций            | 15 %     |
| Железо             | 2 %      |
| Натрий             | 270 мг   |
| Калий              | 150 мг   |

### РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ:

Употребляйте между обычными приемами пищи, до и после тренировки, либо придерживайтесь программы, указанной Вашим дипломированным тренером.



FROM THE MAKERS OF

FROM THE MAKERS OF

**MUSCLE MILK™**

# MONSTERIZE YOUR WORKOUT. MONSTERIZE YOURSELF.



**CYTOSPORT**



**MONSTERIZE!**



**WWW.SPORTCENTER.KZ**

**TEL: (727) 317-30-80**