

Nutripure	Bienfaits	Posologie	PV
L-Carnitine Carnipure	<p>Optimisation du métabolisme énergétique Amélioration de la performance et de l'endurance Accélération de la récupération musculaire Support dans la transformation des graisses en énergie</p>	<p>Prendre 4 gélules par jour avec un verre d'eau / Cure de 3 à 6 mois / 4 à 6h avant l'entraînement pour booster vos niveaux d'énergie durant votre sport le matin les jours de repos</p>	23,00 €
Fenugrec	<p>Action : glycémie, perte de graisse, digestion Limite le stockage des graisses Dosage optimisé : 2400mg d'extrait de graines de Fenugrec titré à 50% de saponines</p>	<p>Prendre 4 gélules par jour avec un verre d'eau Le soir après le repas</p>	25,00 €
Ashwagandha KSM66 bio	<p>Bien-être : Contribue à une relaxation optimale. Relaxation : Favorise l'apparition du sommeil. Stress : Aide l'organisme à gérer le stress. Sexualité : Soutient la fonction sexuelle chez l'homme Énergie : Aide à se sentir plus énergique Muscles : Aide à prendre de la masse musculaire Résistance : Favorise la résistance de l'organisme au stress physique</p>	<p>1 puis 2 gélules / jour si notre organisme réagit bien, passer à 2./ Prendre pendant 3 semaines, puis d'arrêter 1 à 2 semaines avant de reprendre le cycle / Pendant le repas : Le soir de préférence compte tenu de l'effet relaxant OU le matin chez les personnes où l'ashwagandha stimule</p>	28,00 €
Pure Bio ²	<p>Contribue à l'équilibre de la flore intestinale Action synergique : 6 familles de probiotiques (10 Milliards d'UFC) et 2 familles de prébiotiques Souches déposées à la Collection Nationale de Cultures de Micro-organismes de l'institut Pasteur Gélules gastro-résistantes DR Caps® : libération dans l'intestin sans risque de dégradation dans l'estomac</p>	<p>Prendre 1 à 2 gélules par jour avec un grand verre d'eau. A prendre avant le petit déjeuner / 2 gélules par jour de Pure Bio² pendant 3 mois après un épisode infectieux, et pas moins de 6 semaines / Sportifs, après une cure d'attaque de 1 à 2 mois, nous conseillons de limiter la prise quotidienne à 1 gélule par jour.</p>	20,00 €
Creatine Creapure	<p>Idéale pour les sports de force ou les sports intensifs. Permet de reprendre une progression. Renforce la force musculaire. Concentration en Creapure® : 100%</p>	<p>Prendre 3,4g par jour avec un verre d'eau./ Cures de 3 mois, éventuellement entrecoupées de pause de 1 à 2 mois. Les premiers effets pouvant apparaître au bout de 1 mois et continuer de se faire sentir après l'arrêt.</p>	15,00 €
BCAA 2,1,1	<p>Idéal pendant un effort pour nourrir le muscle et ralentir le catabolisme musculaire. BCAA 2.1.1 d'origine végétale - 100% purs - dosage idéal</p>	<p>Prendre 6 gélules par jour avec un verre d'eau avant l'entraînement ou le matin les jours de repos pour interrompre le catabolisme du cycle nocturne et renforcer l'effet anabolique du petit déjeuner.</p>	23,00 €
Whey Isolat native neutre	<p>Pour maintenir et augmenter la masse musculaire - idéal pour les sportifs. 94% de protéines - 52% d'EAA - 25% de BCAA - Inférieur à 0,2% de lactose. Whey native et isolée sans être dénaturée : issue du lait frais de pâturages Français Goût neutre - Digestion facile : convient aux intolérants au lactose</p>	<p>30g par portion. 1 à 2 portions par jour avec 200 ml d'eau ou de lait végétal / Au petit déjeuner : un moment très favorable à la consommation de protéines En collation : pour avoir un apport isolé de protéines et le maintien d'un état anabolique Juste après l'entraînement : si vous ne pouvez pas consommer un vrai repas dans la demi heure qui suit</p>	35,00 €

<p>I Glutamine</p>	<p>Pour la santé intestinale et la récupération après l'effort physique. Idéal en récupération : La L-Glutamine est l'acide aminé le plus présent dans nos muscles. Santé intestinale : la L-Glutamine nourrit le tube intestinal suite à des efforts intenses</p>	<p>Prendre 5g / 10g par jour, durant et/ou juste après l'entraînement ou le soir avant le coucher les jours de repos</p> <p>La complémentation en L-Glutamine est intéressante avec de l'isolat de Whey et des BCAA.</p>	<p>25,00 €</p>
<p>Omega 3 Epax</p>	<p>Un incontournable pour les personnes consommant du poisson moins de 3x/semaine. Huile n°1 de poissons sauvages Epax® : concentration inégalée en acides gras essentiels (420mg d'EPA + 300mg de DHA). Qualité premium : poissons sauvages pêchés en zone protégée Friend of the Sea, loin des zones de pollution. Capsules 1000mg - sans odeur grâce à sa pureté, oxydation minimale</p> <p>maintenir une vision normale. contribuent au fonctionnement sain du cerveau. favorisent une fonction cardiaque normale.</p>	<p>Prenez 3 capsules d'Omega 3 par jour de préférence pendant les repas afin de répartir les doses d'Omega 3. Conservez vos gélules au réfrigérateur.</p>	<p>25,00 €</p>
<p>Magnesium Taurine B6</p>	<p>Un incontournable à l'année pour réduire le stress et la fatigue de notre vie moderne. Forme Bisglycinate pour une excellente assimilation. Avec vitamine B6 et taurine pour une formule complète et efficace LES MULTIPLES BIENFAITS, LE MAGNESIUM CONTRIBUE : à réduire la fatigue et le stress, à une fonction musculaire normale, à une synthèse protéique normale, au fonctionnement normal du système nerveux, au maintien d'une ossature normale</p>	<p>Prendre 2 gélules par jour avec un verre d'eau</p> <p>A prendre de préférence 1 gélule le midi, pendant le repas 1 gélule le soir, pendant le repas</p>	<p>17,00 €</p>
<p>Collagène Marin Sauvage</p>	<p>Renforcer la santé des tendons et des articulations. Soutenir la récupération musculaire après l'exercice, Améliorer l'hydratation et l'élasticité de la peau, Contribuer à la santé des cheveux et des ongles. Offrir une alternative au collagène bovin</p>	<p>10g au quotidien pour les articulations en préventif et 20g par jour en curatif. / Le matin ou le midi ou le soir, pendant le repas</p> <p>Après l'entraînement à diluer avec 250 ml de liquide</p>	<p>34,00 €</p>
<p>Shaker</p>	<p>Pour mélanger et dissoudre les poudres, idéal pour s'hydrater toute la journée ou pendant vos entraînements. Inclus avec la boule inox pour un mélange garanti sans grumeaux.- Remplissage max. 820mL. Fermeture hermétique sans risque de fuite - Entretien facile</p>	<p>H = 21cm - Graduation jusqu'à 600 mL</p>	<p>5,50 €</p>
<p>Peptide collagène citron</p>	<p>Un essentiel pour le confort articulaire, la récupération musculaire et la peau. Un essentiel pour le confort articulaire, la récupération musculaire et la peau. Peptides de collagène les plus étudiés : efficacité prouvée par de nombreuses études. Assimilation et biodisponibilité optimales - origine Europe</p> <p>Le collagène: Sa synthèse diminue avec l'âge et est peu présent dans notre alimentation moderne</p>	<p>Prendre 10g (80% d'une dosette de 30ml) à 20g par jour de peptides de collagène Peptan. Cuillère doseuse incluse à diluer avec un liquide.</p> <p>A prendre de préférence Le matin ou le midi ou le soir, pendant le repas</p> <p>Après l'entraînement</p>	<p>25,50 €</p>
<p>Pure Electrolytes</p>	<p>Hydratation en période de forte chaleur ou pendant et après un effort intense ou d'endurance. Les 5 minéraux essentiels (Na, Ca, Mg, Zn et K) pour l'équilibre de l'organisme (homéostasie). 3 vitamines (B1, B2 et C) pour favoriser le métabolisme énergétique pendant l'effort</p> <p>Pour les efforts longs (plus de 1h30) rajouter 50g de maltodextrine</p>	<p>Conseils d'utilisation</p> <p>Pour les efforts courts (moins de 1h30)+Diluer 1 sachet d'électrolytes dans 500ml à 800ml d'eau et buvez votre boisson tout au long de l'activité physique, par petites gorgées.</p> <p>Recommandations d'hydratation 500mL/ h d'effort pour des températures inf à 10°C 600-700ml / h d'effort pour des températures comprises entre 10°C et 20°C 800ml à 1L/heure d'effort pour des températures supérieures à 20°C</p>	<p>17,00 €</p>

<p>Active curcumine</p>	<p>Pour soulager les douleurs articulaires ponctuelles et contribuer à un confort digestif. Extrait du Curcuma longa - curcumine 100% pure & vegan . Ingrédient breveté Cavacurmin® : hautement biodisponible et prouvé cliniquement. Sans adjuvant chimique - aucun arrière goût L'emploi chez les personnes sous anticoagulant, anticancéreux et immunosuppresseurs, atteintes de COV-19 est déconseillé. L'avis de votre médecin est conseillé pour ce complément</p>	<p>Prendre 3 gélules par jour lors d'un repas. À avaler avec un verre d'eau. il est possible de la prendre soit lors d'un repas ou autour d'un entraînement (1h avant et jusqu'à 1h après).</p>	<p>30,00 €</p>
<p>Arthropure MSM Chondroïde</p>	<p>Une action complète pour le bon fonctionnement des articulations. Aide à maintenir la souplesse articulaire et la synthèse du collagène. Synergie d'ingrédients purs et brevetés pour une action globale sur l'articulation. Population adulte à l'exclusion des femmes enceintes ou allaitantes.</p> <p>Déconseillé : (a) aux personnes diabétiques ou pré-diabétiques, asthmatiques, traitées par anti-vitamine K ; (b) aux personnes dont l'alimentation est contrôlée pour le sodium, le potassium ou le calcium car ces compléments peuvent en être une source importante. La prise de chondroïtine sulfate est à éviter pour les personnes atteintes de mélanome.</p> <p>Il est conseillé d'associer Active Curcumine et Arthropure.</p>	<p>Prendre 2 gélules le matin et 2 gélules le soir au cours du repas. À avaler avec un verre d'eau. cure de 4 mois minimum, les premiers effets pouvant apparaître au bout de 2 mois. Une utilisation à l'année est tout à fait possible pour des bienfaits prolongés.</p>	<p>37,50 €</p>
<p>Multivitamines</p>	<p>Un incontournable à prendre à l'année pour les sportifs et les personnes actives. 21 nutriments bioactifs dont 12 vitamines et 5 minéraux au juste dosage. Action synergique : vitamines A, E, C, D et groupe B, zinc, magnésium, iode, chrome, sélénium et antioxydants. Label de qualité Quatrefole® (vit. B9) et Nutrabiol E® (vit. E)</p>	<p>Prendre 2 gélules par jour à boire avec un verre d'eau. Le multivitamines NUTRIPURE contient plusieurs vitamines et minéraux. En prenant les 2 gélules le matin, vous lissez également votre apport de magnésium, en synergie avec les apports du midi et du soir du Magnésium Taurine B6. Complémentaire du Magnésium, des Omega 3, de la glycine, et du Peptan. Réservez à l'adulte. A prendre de préférence Le matin au petit déjeuner</p>	<p>22,50 €</p>
<p>Pure Sommeil</p>	<p>Contre les troubles du sommeil et le décalage horaire. Synergie de plantes pour une relaxation optimale et faciliter un sommeil de qualité : valériane, aubépine, coquelicot et mélisse. Avec 1,9mg de mélatonine pour réduire le temps d'endormissement Pour diminuer les effets du décalage horaire - Prise occasionnelle selon les besoins</p>	<p>Prendre 1 à 2 gélules avec un verre d'eau 30 minutes avant le coucher. décalages horaires, 1gélule suffit. Troubles du sommeil et insomnies, il est préférable de prendre 2 gélules. L'effet bénéfique de la mélatonine est obtenu par la consommation de 1mg avant le coucher. 1 gélule équivaut à 0,95mg de mélatonine. A conserver dans un endroit frais et à l'abri de la chaleur.</p>	<p>23,00 €</p>
<p>Aromes naturels</p>	<p>Pour varier les plaisirs et changer facilement de goût à volonté par Whey et collagène par exemple . 100% d'ingrédients naturels</p> <p>Boite Chocolat (75g)-Fraise-Coco (50g) : 5,50€ Citron(50g): 6,50€ Vanille(50g): 8,50€ Noisette(50g): 9,50€. Possibilité de conditionnement par 10g</p>	<p>Dosage & Préparation 1 dosette 1ml = 0,5g d'arôme. 1 dosette 5mL (arôme chocolat uniquement) = 2,25g d'arôme.</p> <p>Ajouter 1 à 2 dosette d'arôme pour 10g de peptides de collagène. Mélanger dans 250ml d'eau ou de lait végétal.</p> <p>Ajouter 2 dosettes de 5ml pour 30g de whey isolat. Mélanger dans 250mL d'eau ou de lait végétal Vous pouvez moduler ces dosages à la hausse ou à la baisse en fonction de vos préférences : goût léger ou marqué, c'est vous qui choisissez !</p>	<p>au poids</p>
<p>Pure Pate a tartiner</p>	<p>Enfin une pâte à tartiner compatible avec votre santé - texture de mousse légère. -50g de sucre, - 50% de matière grasse : seulement 283kcal/100g. Yuka : 94/100, la pate à tartiner N°1 du classement. Sans huile, sans sucre ajouté, sans édulcorant. Bio, Française, vegan. Apport calorique mesuré : 283kcal pour 100g</p>	<p>30g par portion (3 cuillères à café). A prendre de préférence Au petit-déjeuner En collation à l'heure du goûter Après ouverture, à conserver au réfrigérateur et à consommer dans les 7 à 10 jours.</p>	<p>6,00 €</p>

<p>Granola</p>	<p>Pour un Petit Déjeuner sain ou en collation gourmande et équilibrée. Faites le plein d'énergie : des ingrédients bruts, non raffinés, riches en protéines et fibres. Valeurs nutritionnelles optimisées et liste d'ingrédients très courte. Bio, vegan, sans gluten, sans conservateur ni aucun sucre ajouté (sauf chocolat :-))</p>	<p>50g par portion.</p> <p>A prendre de préférence Au petit-déjeuner</p> <p>En collation à l'heure du goûter</p> <p>Après l'entraînement</p>	<p>9,00 €</p>
<p>Barres protéinées : Cacao-Noisette /Vanille-Coco / Tomate-Romarin</p>	<p>Pour un encas sain et rapide en collation ou avant et après un effort. Ingrédients crus pour faire le plein de vitamines, minéraux et acides gras essentiels. Riches en protéines, sans conservateurs ni sucres ajoutés</p>	<p>A prendre de préférence En collation</p> <p>Juste avant l'entraînement : 1 à 2 barres pour faire le plein d'énergie</p> <p>Pendant un effort intense ou prolongé : prendre une barre toutes les 45 minutes d'effort</p> <p>Après l'entraînement : prendre 2 barres si vous ne pouvez pas consommer un vrai repas dans la demi heure qui suit</p>	<p>2,50 €</p>

<p>Laboratoires ENOVA</p>	<p>Bienfaits</p>	<p>Posologie</p>	<p>PV</p>
<p>Acide Hyaluronique Pur 150 mg/jour Anti-âge 120 gélules Fabriqué en France</p>	<p>Anti-âge</p> <p>☐☐☐☐☐ TRIPLE EFFETS : l'acide hyaluronique bien connu pour ses effets sur la peau. Il a un pouvoir hydratant jusqu'aux couches profondes de l'épiderme, il aide à la régénération des cellules pour une peau plus lisse et éclatante. Enfin, en stimulant la production de collagène, il prévient l'apparition des rides et permet d'avoir une peau plus ferme.</p> <p>☐ HAUTE TENEUR EN ACIDE HYALURONIQUE PUR : notre acide hyaluronique est d'origine 100% naturelle et nous avons volontairement opté pour un dosage élevé afin de vous assurer des résultats rapidement.</p>	<p>2 gélules par jour au petit déjeuner avec un grand verre d'eau.</p> <p>Cure de 2 mois</p>	<p>25,00 €</p>
<p>Ail Noir Fermenté Standardisé en S-allyl-cystéine Circulation Sanguine, Cœur 250 MG Hautement dosé 60 gélules Inodore Fabriqué en France</p>	<p>☐ SON HISTOIRE : l'Ail noir est tout simplement de l'ail frais blanc qui a été fermenté pendant au moins 45 jours. La découverte de l'ail noir et de ses bienfaits viennent originellement d'Asie où sa consommation y est aujourd'hui courante notamment chez les Japonais connus pour leur très longue espérance de vie.</p> <p>✂ CIRCULATION SANGUINE et CŒUR : les composants de l'ail noir améliorent la circulation sanguine, il est bon pour la tension artérielle et permet au cœur d'être mieux irrigué. Etant anticoagulant, il protège la bonne santé de votre cœur.</p>	<p>2 gélules par jour au petit déjeuner avec un grand verre d'eau.</p> <p>Cure d'1 mois</p>	<p>25,00 €</p>
<p>Formule Soleil Bronzage Rapide et Optimisé / Carotte, Betacarotenes, Selenium, Bardane, Cuivre Preparation et Protection de la Peau au Soleil Teint Halé 30 jours Fabriqué en France</p>	<p>☀☐ TRIPLE EFFET BRONZAGE : Préparation et protection de la peau, intensité du bronzage, prolongation du bronzage.</p> <p>☐ PRÉPARATION, PROTECTION DE LA PEAU, INTENSITÉ ET PROLONGATION DU BRONZAGE : La Formule Soleil vous accompagne avant, pendant et après la période d'exposition au soleil pour préparer la peau, optimiser les effets du soleil sur votre teint et prolonger le bronzage après l'exposition.</p>	<p>Formule Soleil est à utiliser sous forme de cure saisonnière (30 jours) ou de cure de fond (plusieurs mois). Les trois clés de la réussite de votre cure</p> <p>1☐ Protégez vous TOUJOURS la peau lorsque vous vous exposez au soleil pour éviter les brûlures</p> <p>2☐ Commencez votre cure Formule Soleil au moins une semaine avant la période d'exposition et prolongez-la au moins une semaine après</p> <p>3☐ Prenez 2 gélules de Formule Soleil avec un verre d'eau, chaque matin</p> <p>Cure d'1 mois</p>	<p>25,00 €</p>

<p>Formule Boost Bio 4G Ginseng, Gelée royale, Guarana, Gingembre + Acérola Complément Alimentaire Anti-Fatigue Immunité et Energie Naturelles Fabriqué en France</p>	<p>COMPLEXE ANTI-FATIGUE : Formule Boost c'est un booster aux actifs d'origine 100% naturelle et certifiés bio associés à la caféine : le Ginseng, le Guarana, le Gingembre et la Gelée Royale qui agissent sur le métabolisme énergétique, associé à la vitamine C pour plus de tonus. Résultat : une réduction de la fatigue, une énergie naturelle, des fonctions cognitives boostées et une immunité renforcée.</p> <ul style="list-style-type: none"> □ LE GINSENG : c'est une plante reconnue pour ses effets énergisant pour aider à stimuler le système immunitaire, combattre la fatigue physique et intellectuelle □ LE GUARANA, SOURCE NATURELLE D'ÉNERGIE : Cultivé en Amérique Latine, le Guarana est un arbuste dont les graines sont utilisées pour réduire la fatigue et renforcer l'immunité. La concentration des graines de Guarana en caféine, en fait l'une des sources naturelles d'énergie les plus efficaces. Outre son effet physique, le Guarana favorise la concentration. 	<p>2 gélules par jour au petit déjeuner avec un grand verre d'eau.</p> <p>Cure d'1 mois</p>	<p>25,00 €</p>
<p>Formule Cheveux - Résistance Pousse Brillance / Biotine, Kératine, Zinc, Sélénium, Levure de Bière Résistance Pousse Brillance Produit Conçu avec les Clients Complément Alimentaire Cheveux 30 jours Fabriqué en France</p>	<p>TRIPLE EFFET CHEVEUX : Résistance, Pousse, Brillance.</p> <ul style="list-style-type: none"> □ BIOTINE ET KERATINE : Utilisés par les plus grandes marques de shampooing, la biotine et la kératine sont reconnus pour leurs effets sur la pousse des cheveux. □ ZINC, SELENIUM ET LEVURE DE BIERE : Pour accompagner la biotine et la kératine, les Laboratoires Enova ont décidé d'utiliser le zinc et le sélénium pour la résistance des cheveux, ainsi que la levure de bière pour son impact sur l'éclat de votre chevelure. 	<p>2 gélules par jour au petit déjeuner avec un grand verre d'eau.</p> <p>Cure d'1 mois</p>	<p>25,00 €</p>