

L'HYDRATATION, PIÈCE MAÎTRESSE DE LA PERFORMANCE



La pratique d'une activité sportive fait perdre au corps une quantité majeure d'eau par transpiration. La déshydratation limite donc la performance physique, rendant l'hydratation indispensable pour éviter le risque de blessure, de crampes, de fatigue musculaire ou de baisse de la performance.

1 AVANT L'EFFORT :

S'hydrater suffisamment avant l'effort est indispensable au corps afin qu'il puisse constituer des réserves de liquide et d'énergie suffisantes pour réaliser de bonnes performances. Une heure avant une activité physique, il est recommandé de boire un demi-litre de boisson énergétique.

Produits recommandés: **ISOACTIVE / ISOMAX**

2 PENDANT L'EFFORT

L'hydratation pendant une activité sportive permet de reconstituer les réserves de liquides, d'énergie et de minéraux dans lesquelles le corps a puisé. Les produits à base de caféine sont également recommandés pour stimuler le système nerveux et retarder les symptômes de fatigue pour maintenir sa concentration et sa lucidité à un niveau optimal.

Produits recommandés: **ISOACTIVE / ISOMAX / 5 ELECTROLYTES**

3 APRÈS L'EFFORT

Après un effort intense, il est essentiel de restituer ses réserves d'énergie afin de régénérer les muscles et renforcer le système immunitaire. La boisson de récupération Powerbar Recovery répond aux besoins corporels après l'effort.

Produits recommandés: **RECOVERY**

LES PRODUITS

POWERBAR 5 ELECTROLYTES

PHASE 1 ET 2

Pastilles effervescentes sans calories qui apporte les **5 électrolytes** principaux éliminés par la transpiration. Idéal pour des entraînements de courtes durées ou simplement pour rester hydraté durant l'effort sans l'inconvénient des glucides et des calories. Le produit est **sans sucres, sans calories, sans aspartame**, aucune couleur artificielle ni agent conservateur. Elles existent en **3 saveurs naturelles** pour un goût rafraîchissant : mangue, fruits de la passion, framboise, grenade et pamplemousse rose (avec 75mg decaféine). Les capsules se dissolvent sans bulles. 10 capsules correspondent à 7,5 litres de boisson énergétique. Prix de vente conseillé : **4,99€**



POWERBAR ISOACTIVE

PHASES 1 ET 2

Poudre pour préparation de **boisson isotonique** avec 5 électrolytes et mélange spécial de glucides. Idéale pour les sessions d'entraînement et la compétition. La composition isotonique et la composition unique en sels minéraux permettent l'assimilation efficace des liquides. Les **5 sels minéraux** (sodium, chlorure, potassium, magnésium et calcium) subviennent à la perte en sels minéraux due à la transpiration.

ISOACTIVE contient également la **formule C2MAX**, (formule spéciale de glucose et de fructose) qui permet cides en plus pendant l'effort.

Parfums : Orange, Citron, Fruits Rouges

Prix de vente conseillés:

Le pot de 600g : **9,95€**. Le pot de 1,320g : **20,95€**

Le sachet de 33g : **1,15€**. La boîte de 20 sachets : **23€**



POWERBAR ISOMAX

PHASES 1 ET 2

Poudre pour préparation de **boisson isotonique avec PeptoPro** (hydrolysate de protéine), **caféine** et **5 minéraux**. Idéale pour les sessions d'entraînement intensives et les compétitions.

La composition isotonique et la composition unique en sels minéraux permettent une assimilation efficace des liquides.

La PeptoPro (hydrolysate de caséine) retarde la fatigue musculaire lors d'un effort de longue durée et permet une récupération plus rapide. Ceci permet de faire des séances d'entraînement plus intensives et plus longues et il est possible d'enchaîner la prochaine séance d'entraînement plus rapidement.

La présence de **C2MAX** (formule spéciale de glucose et de fructose) permet aux muscles d'assimiler jusqu'à 55 % de glucides en plus pendant l'effort.

ISOMAX contient de la caféine, ce qui est efficace contre les symptômes de fatigue mentale et améliore la concentration.

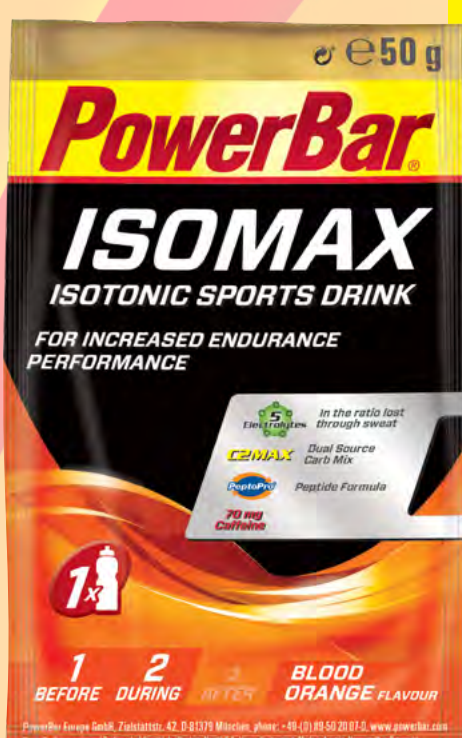
Les 5 sels minéraux (sodium, chlorure, potassium, magnésium et calcium) subviennent à la perte en sels minéraux due à la transpiration.

Parfum : Orange sanguine

Prix de vente conseillés:

Le Pot de 1,2 kg : **27,95€**. Le sachet de de 50g : **1,60€**

La boîte de 20 sachets : **32€**



POWERBAR RECOVERY

PHASE 3

Préparation pour **boisson diététique avec glucides, protéines, 10 vitamines et 3 sels minéraux**. Idéale pour la régénération musculaire immédiatement après l'effort physique.

Parfum : Chocolat

Prix de vente conseillés:

Le Pot de 1,210 kg : **24,95€**. Le sachet de de 55g : **1,75€**

La boîte de 20 sachets : **35€**

