

Herbalife[®]



CATALOGUE PRODUITS





La nutrition pour la vie

Herbalife

Sommaire

Lorsque vous achetez des produits Herbalife, vous faites bien plus qu'un simple achat. Vous investissez dans votre bien-être extérieur et intérieur.

Le corps ne peut pas fonctionner de manière optimale s'il n'est pas alimenté correctement. Et s'il n'est pas toujours simple de trouver les bons nutriments dans les aliments du quotidien, notre gamme de produits est là pour apporter ce qu'il vous manque, grâce à un équilibre d'éléments nutritionnels essentiels, et un accompagnement personnalisé pour vous aider à garder le cap et atteindre vos objectifs.

1

Protéines
p 18-41

2

**Vitamines &
minéraux**
p 42-51

3

Phytonutriments
p 52-53

4

Lipides
p 54-55

5

Fibres
p 56-61

6

Hydratation
p 62-65

7

Beauté
p 66-73

8

Sport
p 74-87

Nutrition & coaching

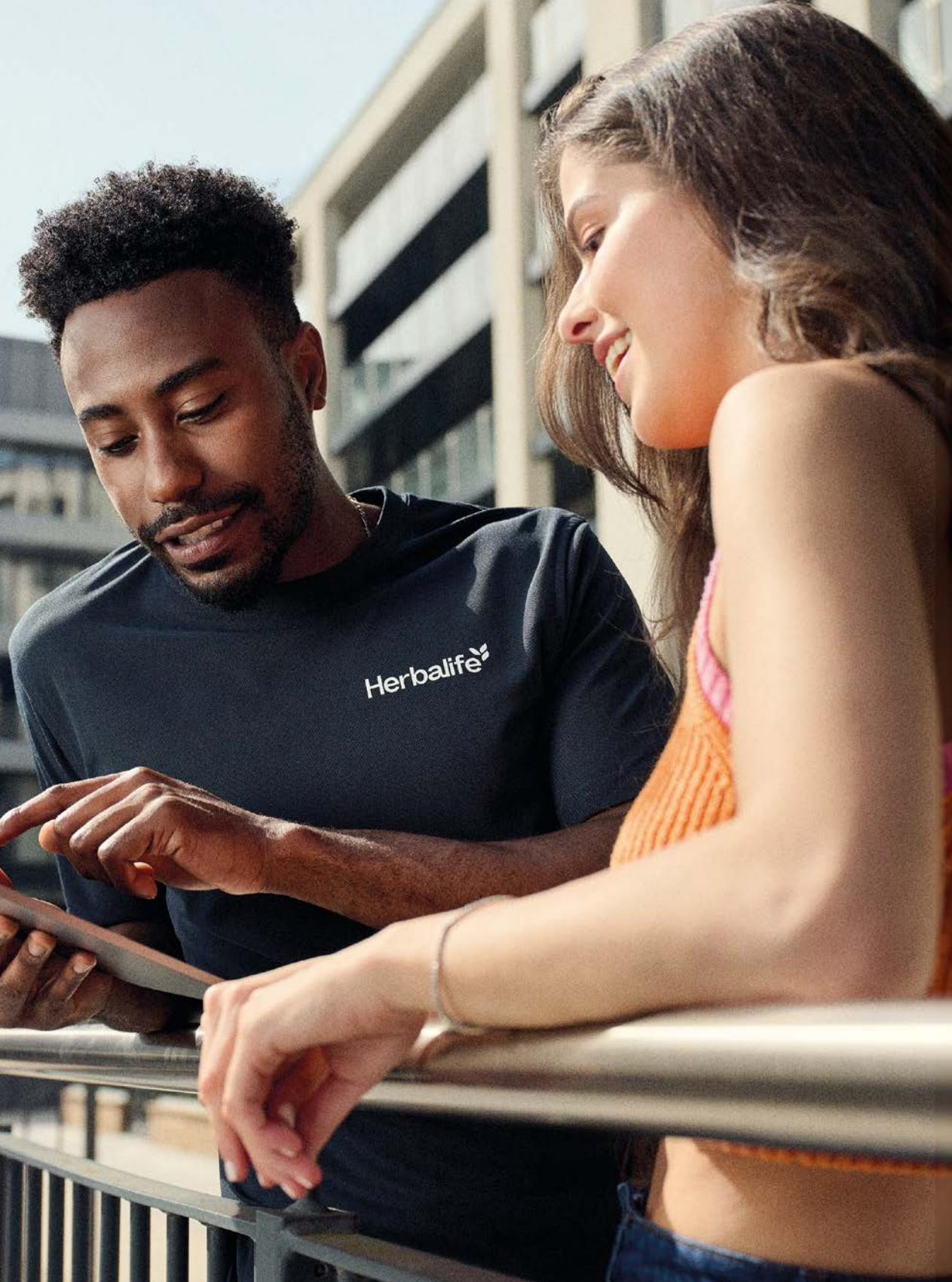
Modifier son style de vie, c'est parfois compliqué. Certains y parviennent seuls, mais nombreux sont ceux qui ont besoin d'un coup de pouce. Dans ce cas, être accompagné peut vraiment faire la différence.

Notre 'Différence Distributeur'

Nous proposons une offre complète. Nos produits sont uniquement proposés par le biais de Distributeurs Indépendants. Vous êtes donc accompagné au quotidien. Que vous cherchiez à améliorer votre condition physique ou à contrôler votre poids, le suivi que propose votre Distributeur vous apporte une orientation claire et un programme personnalisé pour vous aider à atteindre vos objectifs. Vous bénéficiez également d'un soutien individuel ou en groupe, d'une motivation sans faille et d'encouragements de la part de votre Distributeur.

Cette approche ultra personnalisée nous distingue des autres sociétés dans le domaine de la nutrition.





Herbalife



Définir la norme

Herbalife est la marque n°1 au monde de gestion du poids et de bien-être*.

Et ce n'est pas le fruit du hasard.

Nos produits sont formulés par des experts qui s'appuient sur les dernières avancées de la recherche, pour vous aider à atteindre vos objectifs en termes de forme et de nutrition. C'est le cas également de notre gamme Herbalife24, développée spécialement pour répondre aux besoins nutritionnels des athlètes, des sportifs et amateurs d'effort physique en général.

Des ingrédients d'une qualité inégalée

Nous utilisons uniquement des ingrédients de la plus haute qualité, fournis par des agriculteurs qui appliquent un cahier des charges très exigeant en matière de semis et de préservation des sols. Après tout, c'est grâce à ces ingrédients de qualité que nous pouvons proposer des produits premium à nos clients. Nos produits, notre chaîne de fabrication et notre modèle économique ont été maintes fois récompensés à l'échelle internationale.



Tous nos laboratoires sont certifiés ISO 17025. Cette norme certifie la capacité technique des laboratoires et la cohérence des résultats.



La gamme de produits Herbalife24® ainsi que Active Mind, Phyto Complete et Tri Blend Select sont testés par LGC dans le cadre du programme «Informed Sport» afin de garantir l'absence de substances interdites dans son test antidopage. Pour en savoir plus, consultez l'étiquette des produits.

Les produits nutritionnels Herbalife24® sont également conformes à la norme européenne antidopage EN17444 Afnor.

* Source: Euromonitor International Limited, Consumer Health édition 2023, définition de la catégorie gestion du poids et de bien-être, % valeur des parts de marchés combinées des propriétaires de marques internationales, données 2022.



Soutenu par la science



Des experts de renommée internationale

Nos produits s'appuient sur les dernières avancées de la recherche et sur un réseau mondial de plus de 300 experts en nutrition et science qui œuvrent pour garantir la qualité et la conformité aux réglementations gouvernementales. La recherche et la qualité sont nos moteurs et nous permettent de vous offrir l'excellence à tous les niveaux.

Essais et tests

Nous testons, testons, et testons à nouveau. C'est notre credo ! En interne et par le biais d'organismes de certification tiers, nous obtenons chaque fois confirmation que nos produits sont de la plus haute qualité.





Des produits
d'excellente
qualité
maintes fois
récompensés

Grâce à notre implication dans l'innovation et la recherche, nos produits sont récompensés au niveau mondial.



Produit de nutrition sportive le plus novateur

Food+ Awards, Turquie



Élu Produit de l'Année 2023

Aussi pour son goût, France



Élu Produit de l'Année 2023

Belgique



Meilleur Substitut de Repas

Fitness Award, Grèce



Élu Produit de l'Année 2022

France & Pays-Bas



Élu Produit de l'Année 2022

France



De la graine

A woman wearing a traditional conical hat and a colorful vest is harvesting tea in a vast plantation. She is carrying a large woven basket on her back. The tea plants are arranged in neat rows, and other workers can be seen in the background.

à l'assiette

Des produits d'excellente qualité issus d'ingrédients premium

Herbalife garantit l'excellente qualité de ses produits qui obéissent à notre processus de production et assurance qualité 'De la graine à l'assiette'.

Nous investissons dans des méthodes de culture responsable et notre équipe internationale de chercheurs et producteurs s'engage à utiliser les meilleures matières premières. Chaque ingrédient passe par une analyse en interne afin de veiller au strict respect des normes. Des exploitations de thé en Chine aux plantations d'aloë vera au Mexique, sans compter les fermes de soja aux États-Unis, nous utilisons les meilleurs ingrédients afin de créer des produits de haute qualité.

Nous mettons tout en œuvre pour que les produits Herbalife répondent, voire dépassent nos normes de qualité ainsi que celles définies par l'industrie. La pureté et la valeur nutritionnelle de chaque ingrédient sont au cœur de toutes nos préoccupations, à l'image des processus que nous respectons.



Nos producteurs
sèment



et cultivent
les terres



de façon à
garantir



la qualité des
ingrédients



jusqu'au
produit fini

L'engagement Herbalife

La Fondation Herbalife pour la Famille (HNF)



Grâce au soutien des Distributeurs et des employés Herbalife, la Fondation Herbalife pour la Famille apporte des dons de millions de dollars à 167 orphelinats, écoles et organismes dans plus de 59 pays. En 2021, nous avons apporté notre aide à plus de 216 000 enfants et leurs communautés.

Nutrition for Zero Hunger (NFZH)*

Viser la fin des assiettes vides. Notre programme NFZH suit les directives de l'Objectif de Développement Durable #2 défini par les Nations Unies (ODD) – Zero Hunger (Zéro Faim). Cet objectif appelle à prendre des mesures afin de mettre un terme à la faim d'ici 2030, de garantir la sécurité alimentaire, l'amélioration de la nutrition et de promouvoir l'agriculture durable.



Pour concrétiser cette action, nous apportons notre soutien aux organismes qui s'attaquent à ces questions, notamment Feed the Children, The Hunger Project et the Power of Nutrition.



social

Mon petit déjeuner Herbalife

Démarrez la journée du bon pied avec un petit déjeuner équilibré en nutriments, délicieux et très rapide à préparer.



1. Rafraîchir

Boisson concentrée à l'aloë vera

Commencez la journée avec une boisson peu calorique et aux nombreuses vertus. Son jus est extrait de la feuille d'aloë vera par pression à froid pour un goût unique et rafraîchissant.



2. Hydrater

Boisson instantanée à base de thé et d'extraits végétaux*

Boostez votre journée en dégustant dès le matin une savoureuse tasse de boisson à base de plantes, délicieusement infusée avec des extraits de feuilles de thé vert et thé noir orange pekoe, des extraits de graines de cardamome et de poudre de fleur d'hibiscus.



3. Nourrir

Formula 1 Substitut de repas

Vous apprécierez le shake onctueux Formula 1 qui allie un goût délicieux au contrôle calorique, tout en apportant vitamines, minéraux et fibres.



* On conseille de ne pas dépasser 400 mg de caféine par jour, toutes sources confondues (200 mg pour les femmes enceintes et allaitantes)

Formula 1

Riche en protéines végétales de grande qualité, apporte 25 vitamines et minéraux. Nos shakes substituts de repas Formula 1 se déclinent en neuf délicieuses saveurs, et sont proposés en boîtes ou sachets très pratiques à consommer sur le pouce.

18 g de protéines*

5 g de fibres

25 vitamines & minéraux

220 kcal

Sans gluten

*Si préparé avec du lait demi-écrémé



Crème de banane
21 portions
550 g Réf. 4462



Café latte
21 portions
550 g Réf. 4465



Cookie crunch
21 portions
550 g Réf. 4467



Duo menthe-
chocolat
21 portions
550 g Réf. 4471



Framboise &
chocolat blanc
19 portions
500 g Réf. 4469



Chocolat gourmand
21 portions
550 g Réf. 4468

Nos clients en parlent

« Je l'adore à tous les instants et sous toutes ses formes. Je ne pourrais plus me passer de mon super petit-déjeuner » *Sylvie*



Déllice de fraise
21 portions
550 g Réf. 4463



Douceur de fruits rouges
21 portions
550 g Réf. 4470



Vanille onctueuse
21 portions
550 g Réf. 4466



Vanille onctueuse
30 portions
780 g Réf. 048K

Sachets



Vanille onctueuse 7 x 26 g, 182 g Réf. 053K
Cookie crunch 7 x 26 g, 182 g Réf. 228K
Chocolat gourmand 7 x 26 g, 182 g Réf. 229K

Nos clients en parlent

« Quel bonheur,
allergique aux
produits laitiers
de vache je
découvre cette
nouvelle boisson !
Quelle délicieuse
texture » *Aline*



Le duo parfait pour votre repas

Surclassez votre petit déjeuner : mélangez simplement 2 cuillères doseuses de Formula 1 et 2 cuillères doseuses de Mélange pour boisson protéinée dans 300 ml d'eau – un repas équilibré avec encore plus de protéines et de fibres.

Ou combinez le Mélange Vegan pour Boisson Protéinée et la Formula 1 pour **un repas sans lactose, 100 % vegan**, mais tout aussi équilibré en protéines, fibres, vitamines et minéraux.



Mélange Vegan pour Boisson Protéinée et Formula 1 substitut de repas

24 g de protéines

26 vitamines & minéraux

Sans gluten

F1 Vanille onctueuse

21 portions, 550 g Réf. 4466

PDM vegan Vanille

20 portions, 560 g Réf. 172K

Formula 1 Repas salé

Réconfortante et nutritive, la Formula 1 Champignons et fines herbes permet de préparer rapidement un repas salé, pratique et savoureux qui mêle de délicieuses saveurs.



Retrouvez tous les avantages de la Formula 1 dans cette délicieuse saveur salée.

19 g de protéines*

216 kcal*

25 vitamines & minéraux

Vegan

Sans gluten

21 portions, 550 g

Réf. 092K

* Si vous consommez des shakes de Formula 1 Herbalife comme substituts de repas dans le cadre d'un contrôle du poids, veuillez lire attentivement les instructions portées sur l'étiquette du produit.

Toasts garnis d'une salsa de tomate, saveur champignons

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 5 minutes



Ingrédients pour 1 portion

2 cuillères (26g) de Formula 1 Repas salé, saveur Champignons et fines herbes

- 300 g de tomates fraîches, coupées en dés
- 1 gousse d'ail finement ciselée
- 1 oignon rouge (50 g) finement émincé
- 1 piment rouge émincé
- 2 cuillères à soupe de coriandre, menthe et basilic frais (un peu plus pour décorer)
- 2 citrons verts
- 50 ml d'eau
- 2 tranches (60 g) de pain complet

1. Dans un grand saladier, mélangez les dés de tomates, l'ail, l'oignon rouge, le piment et les herbes aromatiques. Poivrez et mélangez bien tous les ingrédients. Laissez poser 5 minutes.

2. Zestez les citrons verts dans un bol puis ajoutez le jus, la Formula 1 Repas salé et 50 ml d'eau froide. Mélangez bien. Incorporez le mélange à base de Formula 1 Repas salé à la salsa. Faites griller les tranches de pain et découpez-les en triangles. Servez la salsa avec les herbes aromatiques restantes et le pain toasté.

Valeurs nutritionnelles pour une part* :

Énergie (kcal)	311
Protéines (g)	20
Matières grasses (g)	4,9
dont acides gras saturés (g)	0,8
Glucides (g)	16
Glucides dont féculents (g)	30
Fibres (g)	14
Sel (g)	1,9

* Notre produit n'apporte tous les bienfaits nutritionnels décrits sur l'étiquette que si la préparation respecte les instructions mentionnées sur cette même étiquette produit.

Nos clients en parlent

« C'est délicieux, crémeux à souhait. Une excellente alternative pour les repas du soir. »

Barres Repas Équilibre

Formula 1 Express

Ne sautez plus jamais un repas, grâce aux Barres Repas Équilibre Formula 1 Express, un repas nutritif et délicieux à consommer où que vous soyez.



7 x 56 g, 392 g Saveur chocolat noir Réf. 4472

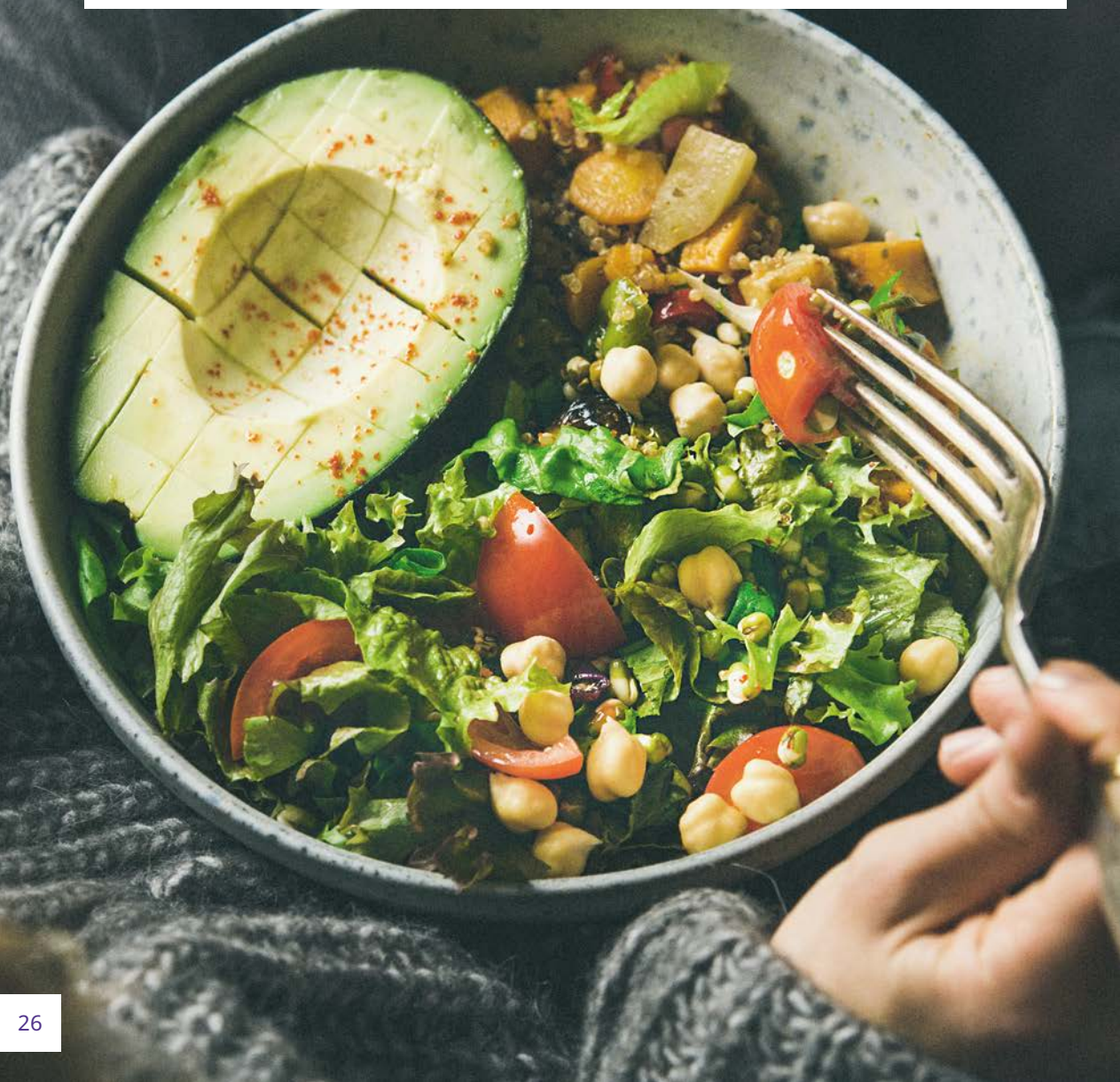
7 x 56 g, 392 g Saveur cranberry & chocolat blanc Réf. 4473

Valeurs indiquées par portion pour la Barre saveur cranberry & chocolat blanc



Le choix vegan

L'alimentation vegan implique de préparer ses menus avec attention afin de ne manquer d'aucun nutriment recommandé. Prendre des compléments riches en protéines, vitamines et minéraux peut aider à combler les manques.



Planifier pour avancer

Lorsque vous mangez vegan, vous devez compenser les protéines et acides aminés essentiels présents dans la viande, ainsi que la vitamine D et le calcium, que l'on trouve habituellement dans les produits laitiers.

On trouve des protéines végétales dans les haricots, les lentilles et le tofu par exemple. Toutefois, à la différence des protéines animales dites « complètes », car elles contiennent les neuf acides aminés essentiels, la plupart des végétaux n'en contiennent qu'une partie (à l'exception du soja). Il est donc essentiel de consommer une plus grande variété d'aliments. Pour vous donner un exemple, l'acide aminé essentiel qui manque dans les haricots, les pois et les lentilles se trouve en grande quantité dans les céréales complètes. Et puisque la nature est bien faite, ce qui manque aux céréales complètes, les haricots l'apportent.



Des protéines en poudre peuvent être une alternative intéressante, comme notre **Mélange Vegan pour Boisson Protéinée (p35)**. Il est formulé à partir de protéines de soja, et vous aidera à compléter vos apports sans trop ajouter de calories. Ces protéines en poudre peuvent être très facilement ajoutées aux shakes, aux soupes et aux préparations culinaires.

Notre délicieuse préparation **Tri Blend Select (p31)** est formulée à partir de protéines de pois, de lin et de quinoa. Elle permet de préparer un shake protéiné saveur banane ou café caramel.

Si vous respectez une alimentation vegan, vous devez également surveiller votre apport en calcium, vitamine D, fer, zinc et vitamine B12 et éventuellement vous supplémenter pour veiller à ce que vos besoins soient couverts pour ces nutriments essentiels.

Voir Vitamines et minéraux (p48-49).



Nutriments clés



Calcium



Vitamine D



Fer



Zinc



Vitamine B12

**Vous adorez cuisiner,
mais vous voulez faire
attention à l'équilibre
nutritionnel ?**



Préparation protéinée à cuisiner

Dans ce cas vous devriez essayer notre Préparation protéinée à cuisiner, qui vous permettra de créer des encas simples et nutritifs. Neutre, elle s'intègre à toutes les recettes, qu'elles soient salées ou sucrées. Elle associe des ingrédients de qualité, en quantités équilibrées, comme les protéines de lactosérum (whey) qui permettent d'obtenir une texture légère et moelleuse. Prête à mélanger, elle constitue un choix judicieux pour ajouter une valeur nutritionnelle à vos recettes préférées.



Riche en
protéines

Contient des
minéraux

Sans
gluten

Convient aux
végétariens

Sans sucres
ajoutés,
ni colorants,
ni arômes,
ni édulcorants

20 portions, 480 g

Réf. 200K



Pour découvrir d'autres recettes, scannez ce QR code.

Le café allié à la puissance des protéines



High Protein Iced Coffee

Chaque lot a été brassé avec des grains de café 100 % Robusta pour être doux et corsé à la fois. Le café sous sa meilleure forme, avec 80 mg de caféine*, 15 g de protéines, sans sucres ajoutés, et seulement 80 calories par portion. Il vous suffit d'ajouter de l'eau et c'est parti pour un délicieux café frappé protéiné !

15 g de protéines de petit-lait

80 mg de caféine

80 kcal

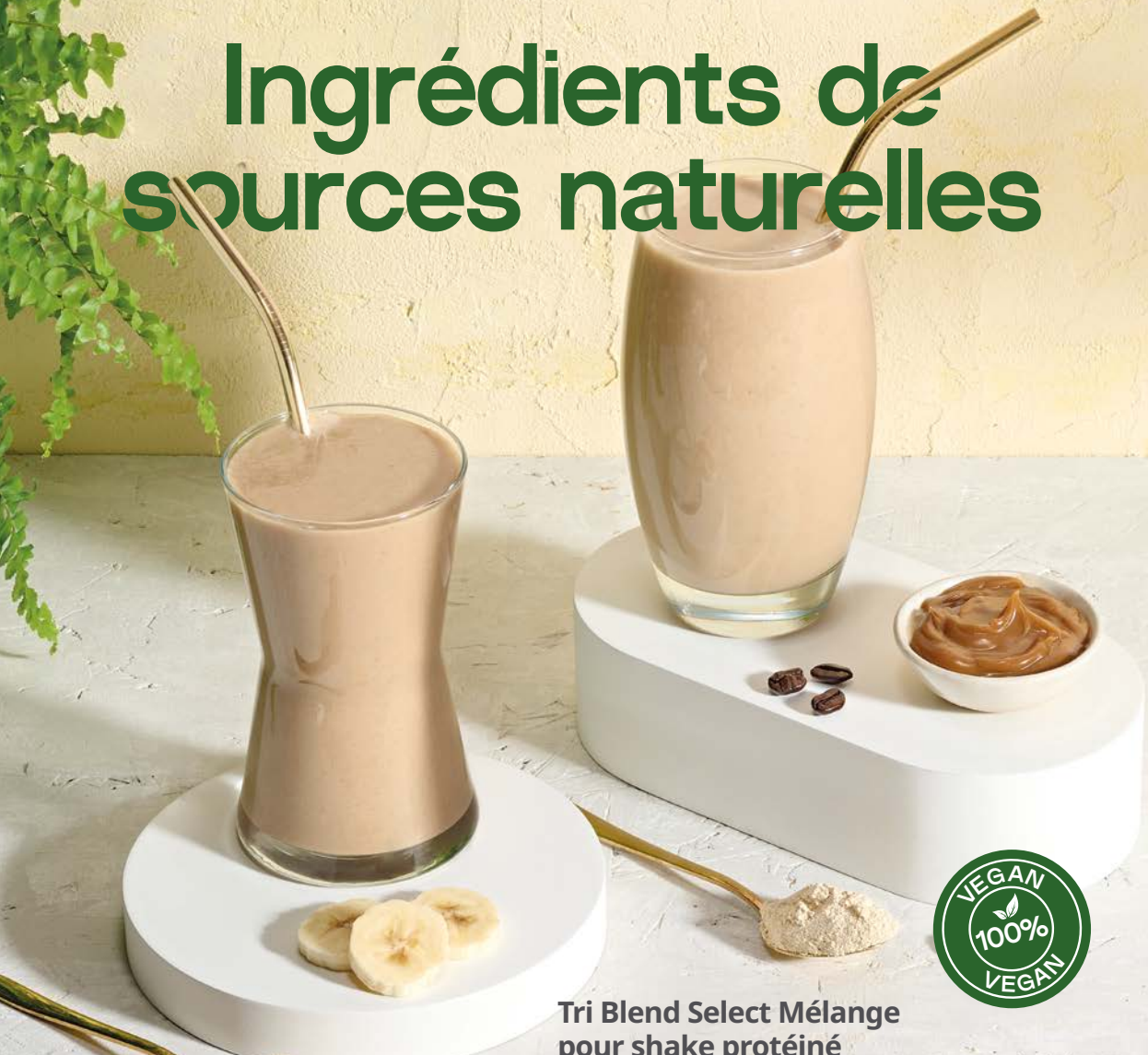
Latte Macchiato 14 portions, 308 g Réf. 012K

Mocha 14 portions, 322 g Réf. 011K



* On recommande de ne pas dépasser une dose journalière de 400 mg de caféine toutes sources confondues. (200 mg pour les femmes enceintes ou allaitantes)

Ingrédients de sources naturelles



Tri Blend Select Mélange pour shake protéiné

Notre shake vegan protéiné regorge de saveurs et de nutriments. Une association complète de protéines de pois, de quinoa, de riz et de graines de lin soigneusement sélectionnés pour apporter tous les acides aminés essentiels*, ainsi que des fibres, des vitamines et des minéraux.



Saveur Banane	15 portions, 600 g	Réf. 013K
Saveur Café Caramel	15 portions, 600 g	Réf. 052K

* L'ajout de protéines de riz apporte une protéine complète

L'équilibre en protéines

Pourquoi c'est important

Les protéines participent à de nombreuses fonctions dans l'organisme. Votre apport journalier doit donc être suffisant, et adapté à votre poids et votre masse musculaire. Les protéines sont des macronutriments constitués de 21 blocs de construction appelés acides aminés, qui jouent un rôle dans le développement de la masse musculaire, son entretien et celui des os.



Le bon équilibre

La méthode la plus précise pour calculer les besoins en protéines consiste à s'appuyer sur la masse maigre, c'est-à-dire le poids hors masse adipeuse. Mais vous pouvez vous orienter à l'aide de votre poids total. Le calcul se fait à partir du poids en kg, multiplié par 1,5 (en fonction de vos objectifs). Le résultat indique un objectif raisonnable en termes d'apport protéique (en grammes). Ainsi, si une personne pèse 67 kg, elle doit consommer environ 100 g de protéines par jour.



Sources de protéines

Le soja constitue l'une des meilleures sources de protéines végétales. Ses protéines sont dites « complètes », car elles apportent les 9 acides aminés essentiels. On trouve également des protéines dans les fruits à coque, les graines et les lentilles, mais celles-ci sont dites « incomplètes ». Vous devrez alors varier les sources pour associer les avantages de chacune. Vous pouvez utiliser notre gamme de shakes en toute confiance. Ils apportent les protéines complètes nécessaires pour répondre à vos besoins nutritionnels.



Boostez votre apport en protéines

Pour vous donner un ordre d'idée, les aliments enrichis en protéines contiennent en moyenne 25 g de protéines et les encas protéinés (p. ex. les **Barres aux Protéines Herbalife**) en contiennent environ 10 g. Si vous devez augmenter votre apport en protéines, vous pouvez compter sur les substituts de repas ou les shakes protéinés, qui peuvent être adaptés à vos besoins spécifiques. Vous serez comblés avec la **Formule 1 Boisson nutritionnelle**, la **Formule 1 Repas salé** et **Tri Blend Select** ou encore le **Mélange Vegan pour Boisson Protéinée** pour une version vegan.



Herbalife

Ne négligez pas vos besoins en protéines

Il n'est pas nécessairement difficile de répondre à vos besoins journaliers en protéines.

La réputation de notre gamme de produits riches en protéines n'est plus à faire. On ne trouve pas plus pratique pour garantir un apport optimal en protéines.





Mélange pour boisson protéinée

Un shake délicieux formulé à base de protéines d'excellente qualité qui peut être associé à la Formula 1 ou dégusté seul.

15 g de protéines	22 vitamines & minéraux	Convient aux végétariens	108 kcal
-------------------	-------------------------	--------------------------	----------

Saveur vanille

21 portions, 588 g Réf. 2600

Mélange Vegan pour Boisson Protéinée

Une boisson ultra onctueuse saveur vanille. À mélanger avec la Formula 1 pour un repas vegan équilibré en nutriments, ou à consommer seul sous forme de shake.

15 g de protéines	22 vitamines & minéraux	Sans gluten	Sans sucre
-------------------	-------------------------	-------------	------------

Saveur vanille

20 portions, 560 g Réf. 172K



Formula 3 – Personalized Protein Powder

Un moyen pratique d'augmenter votre apport en protéines.

5 g de protéines	23 kcal
------------------	---------

40 portions, 240 g

Réf. 0242



Encas malins riches en protéines



Contrairement à la rumeur, la prise d'encas peut vous aider à tenir vos objectifs nutritionnels.

Ils constituent d'ailleurs un moyen d'apporter des nutriments à votre corps. Une étude clinique a même constaté que les encas équilibrés, à apport calorique contrôlé et en portions contrôlées aident à réduire les quantités d'aliments ingérées au cours de la journée¹.



¹ Nijke et al (2016). En-cas, satiété et poids. Adv. In Nutrition, 7(5).



Barres aux protéines

Un encas délicieux et riche en protéines pour répondre à vos envies de chocolat. Vous pouvez également le consommer pour un coup de pouce protéiné notamment lorsque vous faites du sport.

10 g de
protéines

Environ
140 kcal

Chocolat Cacaahuète 14 x 35 g, 490 g Réf. 3972

Vanille Amande 14 x 35 g, 490 g Réf. 3968

Citron 14 x 35 g, 490 g Réf. 3976

Un encas jamais frit, toujours soufflé



Chips Protéinées Saveur Sour Cream & Onion

Faites-vous plaisir avec les Chips protéinées saveur Sour Cream & Onion, à la fois douces et acidulées.

12 g de protéines

Sans gluten

Convient aux végétariens

10 portions, 30 g

Réf. 142K



Chips Protéinées Saveur Barbecue

Vos papilles apprécieront la note subtile d'épices et le goût fumé de nos Chips protéinées saveur barbecue.

11 g de protéines

Sans gluten

Convient aux vegans

10 portions, 30 g

Réf. 141K

* 50 % de matières grasses en moins comparé aux chips de pommes de terre frites

Chips Protéinées



Nos clients en parlent

« J'adore cette délicieuse façon de nourrir ma masse musculaire avec une légère préférence pour la version Barbecue. » *Christiane*





Cuisinez avec Herbalife Vol 2

Revisitez vos plats préférés, dans une version plus équilibrée

La dernière édition de notre livre, « Cuisinez avec Herbalife » Volume 2 est disponible.

Nous avons mis au point 80 recettes uniques d'Europe et d'Afrique qui viendront transformer vos habitudes culinaires, surprendre vos papilles et nourrir votre corps. Plats à partager, recettes pour les sportifs ou encore recettes bien-être, vous découvrirez une variété de plats innovants. En voici quelques exemples : aubergines farcies aux légumes, tarte flambée vegan, couscous gourmand, Açai bowl, pancakes à la banane plantain.

Vous y trouverez également des plats très populaires, revisités pour en proposer une version équilibrée d'un point de vue nutritionnel. Des recettes astucieuses, légères et ultra savoureuses qui illustrent à merveille la versatilité de vos produits Herbalife favoris. Ce livre de recettes encourage à créer un lien plus profond avec la nourriture et vous poussent à repenser la façon dont vous préparez, cuisinez et même dont vous achetez les ingrédients.

Réf. 3C10



Herbalife

Cuisez avec
Herbalife



Se préparer pour bien dormir

À quand remonte votre dernière nuit vraiment réparatrice ?

Le sommeil joue un rôle essentiel dans votre bien-être physique et psychologique. Il participe en effet à la fonction normale du cerveau, agit sur l'humeur et votre santé dans son ensemble. Si, comme une grande partie de la population, vous avez du mal à détendre votre esprit, alors ces étapes à intégrer à votre routine journalière faciliteront un sommeil réparateur.



Mangez en pleine conscience

Cessez de manger au moins trois heures avant de dormir. Cela vous laisse ainsi le temps de digérer correctement et évite les brûlures d'estomac qui peuvent vous empêcher de vous endormir.



Faites de l'activité physique une habitude

Nous savons tous à quel point l'exercice physique est bénéfique pour la santé. Mais saviez-vous qu'il permet au corps de se détendre pour aborder la phase de sommeil, et déclenche la sécrétion d'endorphines qui vous font vous sentir bien, naturellement. Essayez les activités de faible intensité comme le yoga, le Pilates ou encore une marche relaxante en début de soirée.



Préparez-vous à vous reposer

Appliquez la règle de désintoxication numérique : pas d'écran au moins une heure avant le coucher, et cela inclut la télévision et les liseuses électroniques.



Employez des techniques de relaxation

Le soir est le moment idéal pour appliquer les techniques de relaxation. Faites de la place dans votre esprit pour lui permettre, à lui et à votre corps, de se détendre par des respirations profondes, des étirements et de la méditation.



Organisez votre temps

Le tourbillon de la vie peut parfois contrarier un bon schéma de sommeil. Faites l'effort de vous coucher et de vous lever à la même heure tous les jours afin de créer une routine.



Faites-vous plaisir avec une boisson du soir

Essayez **Night Mode**, une boisson saveur camomille et pêche, formulée avec de l'extrait de safran et des vitamines (riboflavine et vitamine B6) pendant que vous relaxez votre esprit.

Envie d'un sommeil de rêve ?

Night Mode

Boisson apaisante infusée à base d'extrait de safran, scientifiquement étudié pour améliorer la qualité du sommeil en seulement 7 jours*. L'extrait de safran peut réduire la sensation d'insomnie**, améliorer l'humeur au réveil et augmenter le taux de mélatonine qui aide à maintenir le cycle sommeil/éveil**.

Une bonne nuit de sommeil est indispensable au bien-être général et s'accompagne de nombreux bénéfices. Cela permet au corps de récupérer, se réparer et se régénérer pendant la nuit, et favorise une meilleure condition physique. Cela accroît la clarté psychologique et favorise l'équilibre émotionnel. L'humeur s'en trouve améliorée, ainsi que le degré d'énergie et la capacité d'attention tout au long de la journée.



Night Mode contient également un mélange de vitamines, qui contribuent à des fonctions psychologiques normales et au fonctionnement normal du système nerveux***. Intégrez Night Mode à votre routine détente avant de vous coucher pour optimiser vos nuits. Installez-vous confortablement et savourez cette boisson aux saveurs subtiles de camomille et de pêche.

Riboflavine

Vitamine B6

Sans
caféine

Sans
gluten

Vegan

30 portions, 180 g

Réf. 282K

* Résultats généralement visibles après 7 jours de consommation quotidienne de 28 mg d'extrait de safran, d'après les résultats de l'essai clinique

** Résultats généralement visibles après 28 jours de consommation quotidienne de 28 mg d'extrait de safran, d'après les résultats de l'essai clinique

*** Vitamine B6 et Riboflavine



Nutrition Intelligente pour votre système immunitaire





Immune Booster

COMPLÉMENT ALIMENTAIRE • VOEDINGSSUPPLEMENT

Riche en vitamine C, vitamine D, sélénium et zinc qui contribuent au fonctionnement normal du système immunitaire.

Rijk aan vitamine C, vitamine D, selenium en zink die bijdragen aan de normale werking van het immuunsysteem.

Avec édulcorant (issu des feuilles de stévia)
Met zoetstof (uit stevia-bladeren)

Saveur baies sauvages
Wilde bessensmaak



À consommer de préférence avant le r/noméro de lot, voir ar/déroulé de la boîte
Bij voorkeur te gebruiken vóór het lotnummer, zie bodem verpakking

21 SACHETS | SACHETS
POIDS NET | NETTOGEWICHT: 77,7 g (21 x 3,7 g) e



Immune Booster

Riche en vitamine C, vitamine D, en sélénium et en zinc qui contribuent au fonctionnement normal du système immunitaire. Formulé à base d'Epicor®, un ingrédient à base de fermentat de levure sec dont l'efficacité est scientifiquement prouvée¹.



Saveur Baies Sauvages

21 x 3,7 g, 77,7 g, Réf. 233K

¹ Plus d'une douzaine d'études publiées indiquent que le fermentat Epicor® participe au bien-être immunitaire et de la flore intestinale : 7 études précliniques publiées et 8 essais cliniques sur humains publiés.

* Valeurs par portion

Personnalisez votre alimentation

Les vitamines et minéraux sont des micronutriments essentiels à un grand nombre de réactions chimiques quotidiennes dans le corps.

Si l'équilibre alimentaire est souvent le meilleur moyen d'apporter ces nutriments, il n'est pas toujours possible de vérifier que les aliments en contiennent des quantités suffisantes. La supplémentation en vitamines et minéraux est donc un moyen pratique de compléter les apports journaliers recommandés.



Vitamines
B6 & B12

Calcium
& zinc

Formula 2 – Complexe vitamines & minéraux pour homme et femme

Spécialement conçu pour répondre aux besoins des hommes et des femmes, ce complexe offre un soutien nutritionnel complet avec 24 micronutriments clés que l'organisme ne peut pas produire ou fabriquer en quantité suffisante. Développé pour être associé à votre shake de Formula 1 préféré.*

Pour les femmes

60 comprimés, 85,3 g Réf. 2038

Vitamines
A et C

Riboflavine &
Magnésium

Acide
pantothénique

Pour les hommes

60 comprimés, 85,3 g Réf. 1745



* Une portion de F1 associée à une portion de F2 apporte 71 avantages différents, du fonctionnement normal du système immunitaire à des performances intellectuelles normales, en passant par des cheveux, des ongles et une peau en bonne santé.



Niteworks®

La nutrition qui opère pendant votre sommeil. Riche en vitamines C et E, qui contribuent à protéger les cellules contre le stress oxydatif.

Vitamines
C & E

L-Arginine
L-Citrulline
L-Taurine

Saveur citron 15 portions, 150 g

Réf. 3150



Mineral Complex Plus

Contient du persil, du potassium et du magnésium. Le magnésium contribue à l'équilibre électrolytique et contribue à réduire la fatigue.

Magnésium
& potassium

120 comprimés, 142,8g

Réf. 0111



Xtra-Cal®

Xtra-Cal® couvre plus de 83 % des AR en calcium nécessaire au maintien d'une ossature et d'une dentition normales.

Vitamine D

Calcium &
magnésium

90 comprimés, 133 g

Réf. 0020

Active Mind Complex

Soutenez vos fonctions cérébrales¹



Développé avec expertise pour intégrer Neumentix™, un ingrédient breveté et scientifiquement prouvé pour soutenir l'attention², la concentration², la réactivité² et la mémoire de travail³.

Active Mind Complex contient également un mélange de vitamines soigneusement sélectionnées qui contribuent à des fonctions psychologiques normales, à des performances intellectuelles normales et à un fonctionnement normal du système nerveux.¹



60 capsules, 40,2 g

Réf. 243K

¹ Active Mind Complex contient de l'acide folique, et des vitamines C, B6 et B12, qui contribuent à des fonctions psychologiques normales. Il contient également de l'acide pantothénique qui contribue à des performances intellectuelles normales.

² Résultats obtenus sur un groupe d'adultes d'âge moyen 27 ans, références comme suit : Falcone PH, et al. Nutr Res. 2019; 64:24-38. Falcone PH, et al. J Int Soc Sports Nutr. 2018; 15(1): 58

³ Résultats obtenus sur un groupe d'adultes d'âge moyen 59 ans, références comme suit : Herrlinger KA, et al. J Altern Complement Med. 2018; 15(1): 37-47



HERBALIFE NUTRITION

Active Mind Complex

COMPLEMENT ALIMENTAIRE | VOEDINGSSUPPLEMENT

Contient des vitamines B6, B12 et C | Contient de l'acide folique et de l'acide panthothenique | L'acide panthothenique contribue à des performances intellectuelles normales | Bevat Vitamine B6, B12 en C | Bevat Foliumzuur en Pantotheenzuur | Pantotheenzuur draagt bij tot normale mentale prestaties



À consommer de préférence avant le / numéro de lot :
op / no-dekies van de / lot:
na / na de / na / partijnummer: zie bodem verpakking
60 CAPSULES
POIDS NET | NETTOGEWICHT: 40,2 g e



Phyto Complete

Phyto Complete travaille tout au long de la journée comme vous. Contient Fiit-NS™, une association d'ingrédients ayant fait l'objet d'études scientifiques qui ont montré qu'il pouvait aider à améliorer la vitalité et réduire le tour de taille et la graisse abdominale.*



Formulé avec soin à partir de Fiit-NS™, de vitamine C et de chrome. Fiit-NS™ est une association issue de la recherche scientifique qui comprend de la vitamine B3 et des extraits végétaux dont du guarana, du thé vert, du pamplemousse, du raisin et de la carotte noire, apportant des phytonutriments et de la caféine naturellement issue des graines de guarana. Il s'intègre parfaitement à un programme Herbalife pour booster vos résultats.

Contient des vitamines C et B3 (Niacine), qui contribuent à un métabolisme énergétique normal et à réduire la fatigue

Vegan

Extraits de
graines de
guarana

Extraits de
pamplemousse

Extraits de
raisin

Extraits de
carotte noire

Extraits
de thé vert

Sans
gluten

60 capsules, 42,8 g

Réf. 236K

* Phyto Complete contient Fiit-NS™, ingrédient qui aide à la réduction du tour de taille, de la graisse abdominale et à l'amélioration de la vitalité. En parallèle avec un programme nutritionnel équilibré et une activité physique régulière. Les participants à l'étude présentaient un IMC supérieur à 25, résultats observés après 12 et/ou 16 semaines

Que sont les phytonutriments ?

Les phytonutriments ont fait l'objet de recherches pour leurs propriétés antioxydantes puissantes. Ils peuvent apporter de nombreux avantages, et notamment contribuer au bien-être métabolique. On les trouve dans les fruits, les légumes, les épices et même les fleurs comestibles. Ils sont souvent à l'origine des pigments colorés des aliments, comme le caroténoïde dans les carottes et le lycopène dans les tomates.





**Lipides saturés = mauvaise idée.
Lipides polyinsaturés = bonne idée...
En réalité, c'est un peu plus complexe**

Nous savons aujourd'hui que l'idéal consiste à équilibrer l'apport en lipides, notamment entre les acides gras insaturés Oméga-3 et 6. En quantité adaptée (250 mg par jour), les acides gras oméga-3 apportent de l'EPA et du DHA qui contribuent au maintien d'une vision normale et au fonctionnement normal du cerveau. Ils contribuent également à une fonction cardiaque normale.

Le régime occidental

L'alimentation occidentale type est trop riche en lipides totaux et saturés et manque de bons lipides comme ceux que l'on trouve dans le poisson, les fruits à coque, l'huile d'olive et les avocats.

Ces lipides sont de véritables concentrés de calories. C'est pourquoi la philosophie de la nutrition Herbalife recommande d'en limiter la consommation à 30 % maximum de votre apport calorique journalier. L'huile de poisson est riche en acides gras Oméga 3. Nous recommandons donc de consommer du poisson gras, notamment des sardines, du saumon ou de la truite, au minimum deux fois dans la semaine.

Les acides gras oméga-3 à longue chaîne (EPA et DHA) que l'on trouve dans le poisson ne sont pas produits en quantité suffisante par l'organisme. Il nous faut donc les trouver dans notre alimentation. Ils contribuent également à une fonction cardiaque normale. Vous n'êtes pas fan de poisson ? Pas de soucis. Il existe des compléments alimentaires.



Herbalifeline® Max

À base d'acides gras
essentiels Oméga-3



Chaque capsule de ce complément alimentaire apporte des acides gras Oméga-3, de l'EPA et du DHA, qui contribuent au fonctionnement normal du cœur¹, de la vision² et du cerveau². Capsule unique de gel végétarien agrémenté d'huiles essentielles de thym et de menthe poivrée pour rafraîchir le goût.

375 mg
d'EPA
par capsule

250 mg
de DHA
par capsule

30 capsules, 42 g

Réf. 0043



Formule accréditée par
Friend of the Sea. Pour en
savoir plus, rendez-vous
sur FRIENDOFTHESEA.ORG

Utilisation recommandée



Contribue à une fonction
cardiaque normale¹
Maintient d'une vision normale²
Contribue au fonctionnement
normal du cerveau²



Maintien
d'un taux de
triglycérides
sanguins
normaux³



Maintien
d'une
pression
sanguine
normale⁴

¹ Le bénéfice est associé à une consommation journalière de 250 mg d'EPA et DHA.

² Le bénéfice est associé à une consommation journalière de 250 mg de DHA.

³ Le bénéfice est associé à une consommation journalière de 2 mg d'EPA et DHA.

⁴ Le bénéfice est associé à une consommation journalière de 3 g d'EPA et DHA. La dose de 5 g quotidiens d'EPA et DHA par supplémentation ne doit pas être dépassée.

Le corps apprécie les fibres





Les fibres sont indispensables au fonctionnement normal de notre système digestif¹

Une fibre est un type de glucides qui ne peut être décomposé par le système digestif humain. Elles passent donc en grande partie dans l'intestin grêle, non digérées, ce qui donne du volume au bol alimentaire.

Elles font partie des composants alimentaires les plus importants, et pourtant on consomme en moyenne moins de la moitié de la quantité journalière recommandée qui est de 25 g. Nos compléments alimentaires riches en fibres peuvent vous aider à augmenter votre apport. Il est toutefois conseillé d'augmenter l'apport progressivement et de boire beaucoup d'eau.

* Il a été démontré que le bêta-glucane d'avoine réduisait le taux de cholestérol dans le sang. Une cholestérolémie élevée constitue un facteur de risque de développement de maladie coronarienne. Les bêta-glucanes contribuent au maintien d'une cholestérolémie normale. L'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 3 g de bêta-glucanes d'avoine. La maladie coronarienne a de multiples facteurs de risque et la modification de l'un de ces facteurs de risque peut ou non avoir un effet bénéfique.

**Les bêta-glucanes contribuent au maintien d'une cholestérolémie normale. Le bénéfice est associé à une consommation journalière de 3 g de bêta-glucanes provenant d'avoine, de son d'avoine, d'orge, de son d'orge, ou provenant de plusieurs de ces sources.

¹ Les fibres d'avoine contribuent à augmenter le volume des selles.



Beta heart®

Beta heart® contient un ingrédient clé, le bêta-glucane d'avoine OatWell®, connu pour maintenir** ou réduire* le taux de cholestérol. Mélangez 2 cuillères à votre eau, votre boisson préférée ou votre shake.



Saveur vanille 30 portions, 229 g

Réf. 0267



Boisson multi-fibres

Une alternative délicieuse pour augmenter votre consommation quotidienne de fibres¹, qui peut être préparée avec de l'eau ou mélangée à votre shake de Formula 1 préféré.



Saveur pomme 30 portions, 204 g

Réf. 2554

A woman is shown from the chest down to the thighs. She is wearing a dark green, ribbed, strapless crop top and grey, textured leggings. Her hands are placed on her stomach, with her fingers spread, suggesting a focus on her internal well-being. The background is a solid, light green color.

Le bien-être intérieur

Un milliard de raisons de se sentir bien

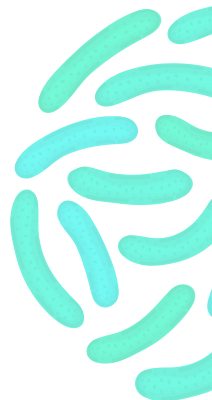


L'idée d'avaler des bactéries peut rebuter, jusqu'à ce que vous en découvriez les avantages et à quel point il est facile de compléter votre alimentation.

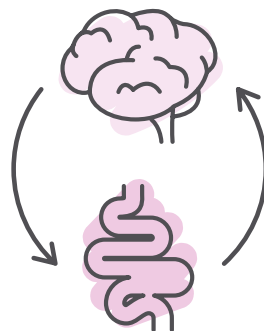
Ce que vous mangez joue un rôle essentiel pour votre système digestif et la microflore qui y séjourne. Les deux œuvrent de concert pour permettre à vos deux cerveaux de travailler en symbiose. Et oui, nous avons bien un « second cerveau », qui n'est autre que le système digestif complexe, qui échange des informations avec notre « premier cerveau » et qui permet de réguler la fonction digestive. Les prébiotiques se trouvent dans les aliments riches en fibres, comme les fruits, les légumes, les haricots et les céréales complètes. Ils constituent la force vitale des probiotiques qui influencent d'autres organes et systèmes du corps, et permettent notamment de maintenir la glycémie et le taux de cholestérol dans des limites normales.

Votre source naturelle de prébiotiques

Nos rythmes de vie effrénés font que nous sommes nombreux à ne pas consommer suffisamment d'aliments riches en prébiotiques. Dans l'idéal, le corps a besoin d'un assortiment de prébiotiques et probiotiques. Les probiotiques stimulent le développement et l'activité des bonnes bactéries dans le tube digestif, ces mêmes bactéries issues des aliments ou des compléments alimentaires. Les aliments fermentés, comme les yaourts ou le kéfir, constituent une source intéressante de ces bonnes bactéries qui convertissent le sucre et les glucides en acides. Elles jouent toutes un rôle dans l'amélioration du contrôle de la réponse immunitaire et on pense qu'elles ont un effet positif sur l'humeur.



Prenez soin de votre système digestif. Essayez Microbiotic Max (p61)



Nos clients en parlent

« Un super bon goût pour des bienfaits à l'intérieur qui se voient à l'extérieur » *Séverine*



Microbiotic Max

Formulé pour vous offrir à la fois des probiotiques et des fibres prébiotiques, soit 2 milliards de bactéries vivantes (UFC) par portion. Microbiotic Max ne contient ni édulcorants, ni colorants et n'a pas besoin d'être conservé au réfrigérateur. Vous pouvez donc l'emporter partout avec vous.



Savour vanille

20 sachets x 2 g, 40 g Réf. 173K

* Veuillez ajouter Microbiotic Max après avoir mixé votre shake et utiliser des liquides dont la température est inférieure à 25°C pour éviter d'altérer l'efficacité du produit.

De l'eau à valeur ajoutée

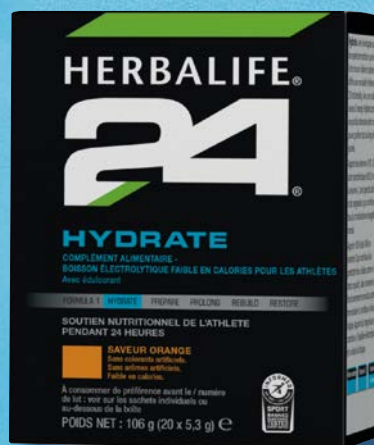
Lors d'entraînements intenses, vous pouvez aider votre corps en étanchant votre soif avec une boisson conçue tout spécialement pour les sportifs, pendant et après votre séance.

Un complément en minéraux

Lorsque vous transpirez, votre corps perd des minéraux importants, comme le sodium, le chlorure et le potassium. Aussi appelés électrolytes, ils sont essentiels au bon fonctionnement du corps.

Les boissons pour sportifs peuvent stimuler votre consommation hydrique et vous apporter du magnésium, qui contribue à l'équilibre électrolytique au cours de la séance.

Essayez **Hydrate**, une boisson électrolytique faible en calories, ou **LiftOff Max** de la gamme **Herbalife24**, qui contient de la caféine et des vitamines B6, B12 et C qui contribuent à réduire la fatigue.





Astuce

Pour vous motiver à boire, vous pouvez aromatiser votre eau. Essayez **AloeMax**, qui contient 97 % de jus d'aloë vera pour apporter la saveur subtile de l'aloë à votre boisson.

Ou réveillez vos sens avec une boisson rafraîchissante à base de plantes. La **Boisson instantanée à base de thé et d'extraits végétaux** est une boisson qui contient un mélange unique d'extraits de feuilles de thé vert, de feuilles de thé noir orange pekoe, de graines de cardamome et de fleur d'hibiscus. Chaque portion contient 87,5 mg de caféine pour éveiller vos sens au cours de la journée, tout en veillant à votre hydratation. La quantité modérée de caféine qu'elle contient n'entamera pas les réserves en eau de votre corps.

Hydratation

Gamme Aloe

Boisson concentrée à l'aloë vera

Donnez du peps à votre eau et une touche de mangue dont le goût frais vous encouragera à augmenter votre consommation d'eau pour atteindre la quantité recommandée, soit environ 2 litres par jour

- Jus d'aloë vera 40%
- Sans sucres ajoutés
- Sans colorants ni arômes artificiels

Mangue, 473 ml Réf. 1065
Classique, 473ml. Réf. 0006

AloeMax

Nous sélectionnons avec soin les feuilles d'aloë vera que nous transformons dès la récolte. Directement du champ à votre verre.

- Jus d'aloë vera 97%
- 2 kcal par portion
- Sans arômes, édulcorants, ni colorants artificiels

473 ml Réf. 1196



Hydratation

Gamme

Thés



Boisson instantanée à base de thé et d'extraits végétaux

Boostez votre journée et réveillez vos sens avec une boisson à base de plantes rafraîchissante qui contient un mélange unique d'extraits de thé noir orange pekoe, de thé vert, de graines de cardamome et de fleur d'hibiscus et qui vous apportera 87,5 mg de caféine*

- À déguster chaude ou froide

Faible
apport
calorique

Sans
sucre
ajoutés

Classique

30 portions, 51 g Réf. 178K
60 portions, 102 g Réf. 179K



Citron 30 portions, 51 g Réf. 180K



Framboise 30 portions, 51 g Réf. 182K



Pêche 30 portions, 51 g Réf. 181K

* On conseille de ne pas dépasser plus de 400 mg de caféine par jour, toutes sources confondues (200 mg pour les femmes enceintes et allaitantes).

Une journée spa à domicile

Pour assurer son bien-être, il est important de prendre soin de soi. Et si nous n'avons pas toujours le temps ou le budget pour une journée spa, il est toujours possible d'en recréer l'ambiance à la maison.



Détendez-vous dans un bain moussant

Allumez quelques bougies, mettez de la musique et glissez-vous dans un bain avec votre bain moussant préféré (sans sulfates). Séance détente garantie. L'eau chaude permet de libérer les tensions musculaires, dilate les pores et libère les esprits surmenés.

Vous n'avez pas de baignoire ? Une douche chaude fera tout aussi bien l'affaire. Après l'eau chaude, essayez de passer rapidement sous l'eau froide. Vous constaterez l'effet tonifiant sur la peau.

N'oubliez pas vos cheveux

Pensez à prendre soin de vos cheveux abîmés, secs ou frisottants. Choisissez l'après-shampoing adapté à votre type de cheveux et appliquez-le sur les pointes pendant que vous vous délassiez dans le bain. Il aura ainsi tout le temps pour exercer son pouvoir hydratant et nourrissant.

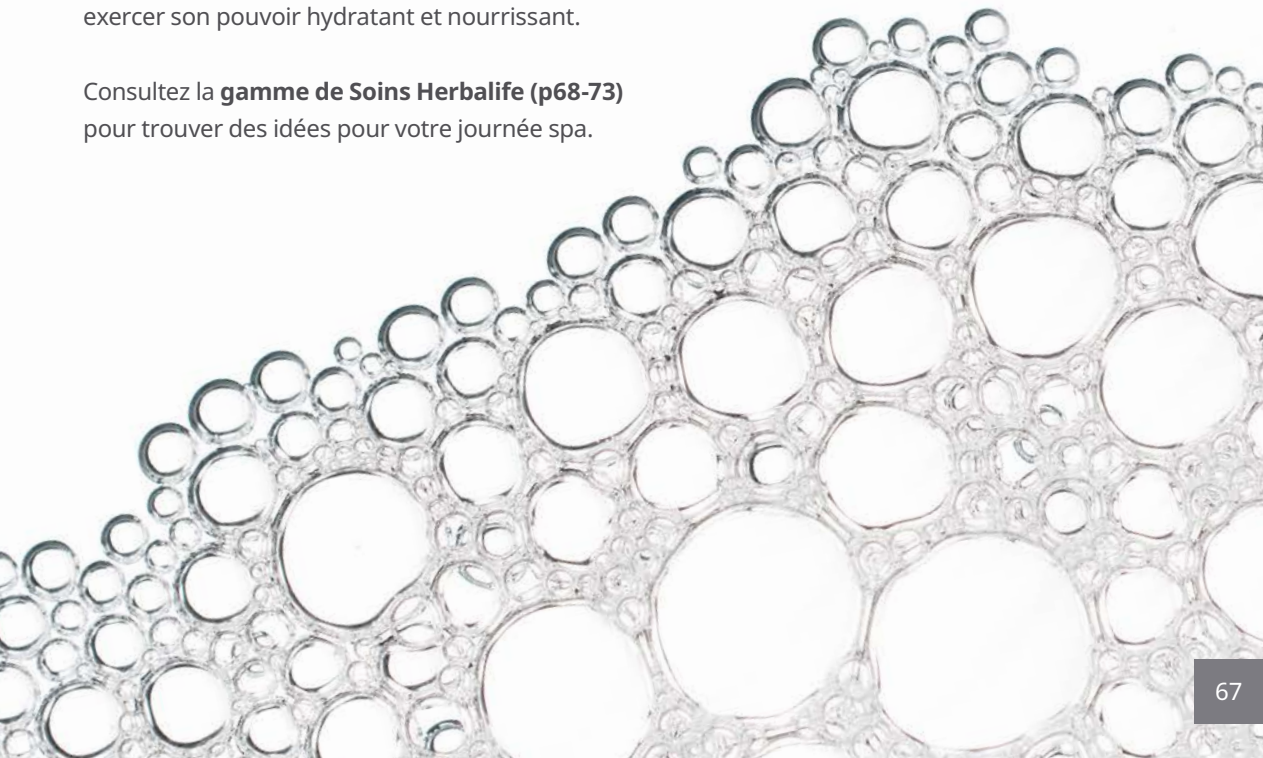
Consultez la **gamme de Soins Herbalife (p68-73)** pour trouver des idées pour votre journée spa.

Chouchoutez votre visage

Un bon masque pour le visage vous donnera les mêmes résultats que dans un spa. Laissez-le poser le temps de votre bain. La chaleur et la vapeur d'eau aideront à libérer les pores obstrués. Essayez un masque à base d'argile Bentonite. Ses propriétés tonifiantes et absorbantes sont excellentes.

Hydratez-vous de la tête aux pieds

Le fait d'appliquer une crème hydratante sur votre peau alors qu'elle est encore humide permet de vraiment absorber les agents hydratants. La peau est douce et régénérée. Rien ne vaut le temps que vous prenez pour vous, qu'il s'agisse d'un bain moussant, d'un masque pour le visage, de la lecture d'un bon roman ou de quelques minutes de détente avec une bonne tasse de thé.



Nettoyer

Nettoyant Apaisant à l'Aloe Vera

Ce nettoyant doux nettoie la peau tout en douceur.

150 ml Peau normale à sèche Réf. 0765



Nettoyer

Gommage Nettoyant aux Agrumes

Les microbilles nettoient la peau en profondeur et lui redonnent tout son éclat.

150 ml Peau normale à grasse Réf. 0766

Kit Beauté

La gamme Herbalife SKIN est cliniquement testée et formulée à partir d'ingrédients d'origine végétale et de vitamines.

Elle contient des ingrédients comme l'aloé vera, les vitamines C, E et B3 pour nourrir votre peau au quotidien*

Tonifier

Lotion Tonique Revitalisante

Lotion tonique pour le visage infusée à l'aloé vera, sans alcool et légèrement rehaussée d'une note de mandarine. Elle hydrate la peau et détend les peaux fatiguées.*

50 ml

Réf. 0767



Rafrâchir

Masque d'Argile Purifiant à la Menthe

Masque riche et onctueux qui utilise l'argile bentonite (aux effets absorbants et tonifiants) pour éliminer les impuretés et l'excès de sébum.*

120 ml

Peau normale à grasse
Réf. 0773



Cibler

Sérum Réducteur de Rides

Ce sérum polyvalent participe à la réduction des signes visibles de l'âge.*

50 ml

Réf. 0829

Revitaliser

Gel Fermeté Contour des Yeux

Améliore l'aspect de la peau délicate du contour de l'œil.

15 ml

Réf. 0770

* Fermeté et élasticité testées sur différents sujets et évaluées visuellement par un expert à sept puis 42 jours. Une amélioration a été constatée chez 45 % des sujets en termes de fermeté/élasticité de la peau du contour des yeux à 42 jours.

Une peau radieuse

Nos clients en parlent...

« Le top depuis presque 2 ans et des résultats de folie sur ma peau » *Carole*

Une peau d'apparence saine se prépare de l'intérieur. Et pour cela, voici une boisson rafraîchissante, fruit de la recherche, aux délicieuses saveurs de fraise et citron. Contient des peptides bioactifs de collagène, appelés Verisol® P, qui sont scientifiquement prouvés pour réduire les rides et améliorer l'élasticité de la peau en 4 semaines et réduire les signes visibles de cellulite après 3 mois*. 9 vitamines et minéraux, une nutrition experte pour votre peau. Riche en vitamines et minéraux clés pour participer à l'entretien de la peau, des cheveux et des ongles***.



Sans gluten

Édulcorant de source naturelle et arôme naturel

Résultats après 4 semaines**

Réparer

Collagen Skin Booster

Fraise et citron

30 portions, 171 g Réf. 076K

* Verisol® P et les peptides de collagène bioactifs sont des marques déposées de Gelita AG. **Résultats constatés sur les rides des yeux et l'élasticité de la peau après 4 semaines. Premiers résultats visibles constatés sur la cellulite après 3 mois. ***La biotine, l'iode, la vitamine A et le zinc contribuent au maintien d'une peau normale. La biotine, le sélénium et le zinc contribuent à l'entretien d'une chevelure normale.

Protéger

Hydratant Protection FPS 30

Crème hydratante longue durée qui rend la peau douce et lisse. Contient un facteur de protection UVA/UVB à large spectre.

50 ml Réf. 0828



Recharger

Crème de Nuit Régénératrice

Cette crème riche et onctueuse apporte à la peau l'hydratation dont elle a grandement besoin la nuit.

50 ml Réf. 0827

Hydrater

Crème Hydratante Contour des Yeux

Aide à réduire l'aspect des rides et ridules localisées autour des yeux.

15 ml Réf. 0771

Exfolier

Exfoliant Instantané aux Baies Rouges

Exfoliant riche en antioxydants à base de pépins de fruits rouges pour une peau plus douce.

120 ml Réf. 0772

Nourrir

Hydratant Éclat Quotidien

Lotion hydratante polyvalente aux propriétés révélatrices de lumière pour un visage radieux.

50 ml Réf. 0830



Dites oui à une peau et des cheveux plus résistants

Soins capillaires riches en extraits végétaux, sans parabènes ajoutés.



Shampooing Fortifiant Herbal Aloe

- Des cheveux 10 fois plus résistants dès la première utilisation*
- Les protéines de blé hydrolysées aident à protéger, réparer et renforcer les cheveux*

250 ml

Réf. 2564



Après-Shampooing Fortifiant Herbal Aloe

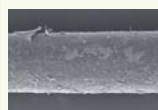
- Des pointes renforcées et des cheveux doux et soyeux dès la première utilisation
- Après-shampooing enrichi en protéines de blé

250 ml

Réf. 2565

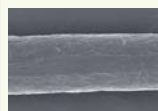


Résultats de l'étude :



Avant

Structure des cuticules fortement endommagée.



Après

Nette amélioration de la structure des cuticules.

* S'il est utilisé avec l'Après-shampooing Fortifiant Herbal Aloe par comparaison avec des cheveux non traités. Résultats étayés par une étude sur le renforcement des cheveux cassants. Valeur moyenne obtenue via un Test du Peigne par un laboratoire indépendant sur des tresses de cheveux « abîmés ». Le nombre de fibres cassées a ensuite été comparé pour les cheveux non traités et les cheveux traités sur des cheveux non lavés avec le Shampooing et l'Après-shampooing Fortifiant Herbal Aloe.



Pain de Savon pour le Corps Herbal Aloe

- Nettoie la peau en douceur sans la priver des huiles essentielles
- La peau est nourrie grâce à l'association de l'aloë vera, l'huile d'olive et les vitamines A, C et E

125 g

Réf. 2566



Savon Mains & Corps Herbal Aloe

- Triple action hydratante pour aider à soulager et hydrater les peaux sèches
- Des extraits végétaux nettoient délicatement la peau

250 ml

Réf. 2561



Gel Apaisant Herbal Aloe

- À base d'aloë vera et d'extraits végétaux pour une peau hydratée et apaisée
- Formule sans parfum

200 ml

Réf. 2562



Lait Quotidien Apaisant Mains et Corps Herbal Aloe

- Démonstré cliniquement - hydrate la peau et la nourrit en profondeur
- L'aloë vera et le beurre de karité pénètrent rapidement et laissent sur la peau une sensation douce et soyeuse

200 ml

Réf. 2563

Offrez à vos cheveux un soin digne de ce nom. Pour des cheveux doux et brillants, appliquez l'Après-Shampooing Herbal Aloe et laissez agir 3 min avant de rincer.

HERBALIFE

24

NUTRITION FOR THE
24-HOUR ATHLETE



Révélez votre potentiel

Que vous soyez simple amateur ou bien athlète d'élite, la gamme de nutrition sportive Herbalife24® a le produit qui vous aidera à vous préparer, vous entraîner et récupérer, quel que soit votre niveau.

Personnalisez votre programme Herbalife24



Utilisation des produits	CR7 Drive	Rebuild Strength	Rebuild Endurance	Hydrate	Prolong	Restore	LiftOff Max	Barres protéinées Achieve
Matin	●	●	●	●	●	●	●	●
Avant l'entraînement	●	●	●	●	●	●	●	●
Pendant l'entraînement	●	●	●	●	●	●	●	●
Après l'entraînement	●	●	●	●	●	●	●	●
Soir	●	●	●	●	●	●	●	●



I'm wi

Vous aidez à vivre



th you *

vosre meilleure vie

Herbalife s'est fixé pour objectif d'être la première communauté mondiale de forme et bien-être. Nos Distributeurs Indépendants sont là pour vous proposer un service personnalisé et de qualité. L'essence de notre marque consiste non seulement à vous conseiller sur les meilleurs produits, mais également à vous apporter la motivation nécessaire pour améliorer votre mode de vie. Avec nos produits vous trouvez, par l'intermédiaire de nos Distributeurs, un coaching individuel et une communauté de soutien qui veillera à votre bien-être et vous aidera à garder le cap sur vos objectifs nutritionnels et de remise en forme.

Nous nous investissons dans votre réussite, c'est ça la « Différence Distributeur »

* Je suis avec vous

Le pouvoir des protéines

Voilà l'histoire

Les protéines sont constituées d'acides aminés, principaux composants de nos muscles, nos os, notre peau, nos tissus et nos organes. Au cours de la digestion, l'organisme décompose les protéines en acides aminés afin de créer de nouvelles protéines. Il est donc important de maintenir un apport journalier suffisant.

Un métabolisme stimulé

Le saviez-vous ? Votre corps utilise plus d'énergie pour digérer les protéines que les glucides. Pour stimuler votre métabolisme, vous devez donc veiller à consommer une quantité optimale de protéines dans votre alimentation quotidienne. Les protéines participent également au maintien de la masse musculaire. Les tissus musculaires doivent brûler de l'énergie pour assurer leur fonction au quotidien, à savoir se contracter et se relâcher. Les protéines constituent donc aussi un élément clé de votre métabolisme.

Découvrez notre gamme de produits H24 conçus pour accompagner votre routine sportive à chacune des étapes

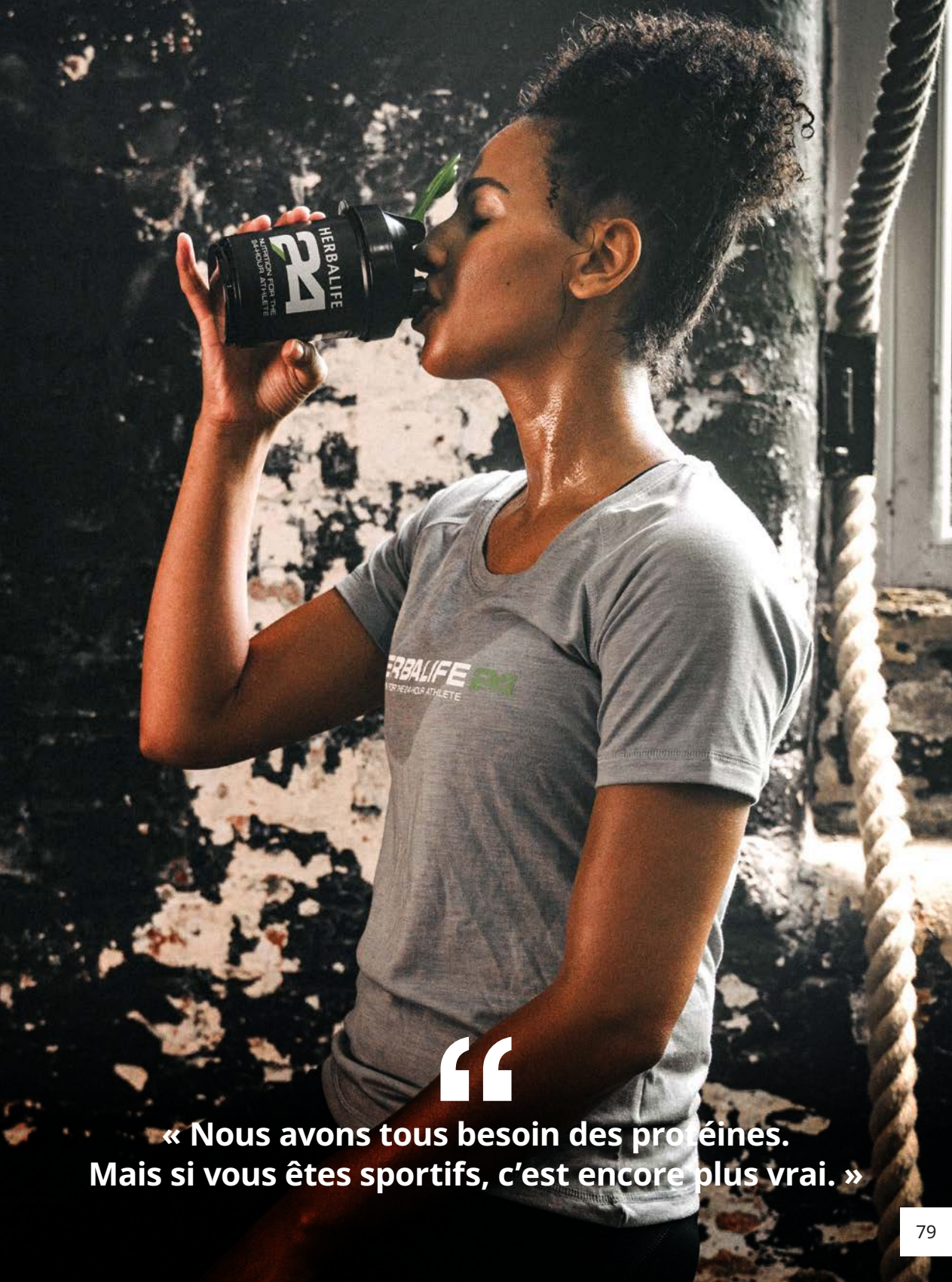
Un véritable soutien pour la récupération et le développement musculaire

La pratique régulière d'une activité physique et la consommation d'une quantité adaptée de protéines contribuent à augmenter la masse musculaire. Les protéines de qualité contenant tous les acides aminés essentiels sont présentes dans les aliments d'origine animale, comme la volaille, le bœuf, le poisson, les produits laitiers, les œufs entiers. Si vous suivez un régime végétarien, vous pouvez associer des haricots, des lentilles, des céréales complètes et du tofu à base de soja.

Vos sources de protéines

Les shakes protéinés et les compléments peuvent vous aider à booster votre apport en protéines. Et que vous optiez pour des protéines de petit-lait ou des protéines d'origine végétale, elles peuvent toutes contribuer au développement musculaire.

Associés à une alimentation équilibrée, les shakes protéinés constituent une option pratique pour les athlètes ou les personnes actives toujours en mouvement.



“

« Nous avons tous besoin des protéines.
Mais si vous êtes sportifs, c'est encore plus vrai. »

Passez à la vitesse supérieure



Nos clients en parlent

« Je les utilise avant chaque entraînement » *Sandra*

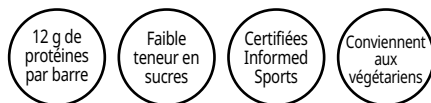


Barres protéinées Achieve H24

Elues Produit de l'Année 2023

**Un encas post-entraînement
très pratique avec 21 g de
protéines pour vous donner
les moyens de vos objectifs**

Ces barres délicieuses se déclinent en deux saveurs des plus appétissantes, Chocolat noir et Chocolate chip cookie dough. Elles sont sans arômes ni colorants artificiels et conviennent aux végétariens.



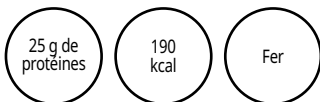
Chocolat noir	6 barres, 60 g Réf. 150K
Chocolate chip cookie dough	6 barres, 60 g Réf. 149K

De plus en



Rebuild Strength

Complément alimentaire - Shake de récupération premium riche en protéines pour accompagner le développement et l'entretien de la masse musculaire, et contenant du fer qui contribue à un métabolisme énergétique normal.



Chocolat

20 portions, 1000 g Réf. 1437

Restore

Un complément alimentaire formulé pour le soutien nutritionnel nocturne.



30 capsules, 21,4 g

Réf. 1424

Restore doit être consommé dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée assortie d'un style de vie actif. Respectez les indications mentionnées sur l'étiquette. Pour en savoir plus sur Lactium™, rendez-vous sur www.lactium.com.

plus fort



Rebuild Endurance

Mélange pour boisson de récupération à consommer après une séance de sport d'endurance. Formulé à partir d'un mélange de glucides, protéines de lait, fer et vitamines clés.

10 g de protéines

184 kcal

Vitamines B, C & E

Saveur Vanille 20 portions, 1000 g Réf. 1436

Prolong

Mélange pour boisson à base de glucides et protéines, formulé pour les séances prolongées de sport intense, à partir d'un ensemble de vitamines et minéraux sélectionnés.

7 g de protéines

225 kcal

Vitamines B & C

Saveur Agrumes 15 portions, 900 g Réf. 1435

Hydrate

Pour assurer votre consommation de liquides, choisissez ce complément alimentaire sous forme de boisson électrolytique faible en calories qui apporte des vitamines B, du calcium, du magnésium et couvre 100 % des AR en vitamine C.

270 mOsmol/kg

Vitamines B & C

Orange 20 sachets x 5,3 g, 106 g Réf. 1433



**Nos clients
en parlent**

« Super produit pour
être en forme avant
une séance de sport
j'adore » *Vincent*

LiftOff[®] Max
Pour des
entraînements
au top

Découvrez le goût frais et acidulé de LiftOff® Max saveur pamplemousse. À consommer avant une séance d'entraînement ou pour un coup de pouce au cours de la journée.



LiftOff® Max H24

Boostez vos entraînements avec cette préparation en poudre pour boisson énergisante sans sucres, qui contient de la caféine et des vitamines B6, B12 et C qui contribuent à réduire la fatigue.



Pamplemousse

10 sachets x 4,2 g, 42 g Réf. 192K

LiftOff®



Citron-citron vert

10 sachets x 4,5 g, 45 g Réf. 3152



* On recommande de ne pas dépasser une dose journalière de 400 mg de caféine toutes sources confondues (200 mg pour les femmes enceintes ou allaitantes).



HERBALIFE
NUTRITION

CR7
DRIVE

“

Pour être le meilleur
Je fais confiance à Herbalife.

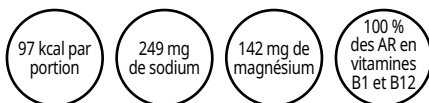
Cristiano Ronaldo

CR7 DRIVE

Alimentez vos entraînements avec CR7 Drive, boisson glucidique et électrolytique pour sportifs développée en partenariat avec Cristiano Ronaldo. Délicieusement parfumé aux baies d'açaï, CR7 DRIVE associe glucides et électrolytes, dans une formule à base de vitamines B1 et B12 qui apporte un soutien de qualité en matière d'hydratation*, d'endurance** et de métabolisme***.



CR7 Drive



Baies d'açaï

20 portions, 540 g Réf. 1466
10 sachets x 27 g, 270 g Réf. 1467

* Les solutions glucidiques et électrolytiques améliorent l'absorption de l'eau durant l'effort physique.

** Les solutions glucidiques et électrolytiques contribuent à maintenir une performance d'endurance au cours des entraînements prolongés.

*** Les vitamines B1 et B12 contribuent à un métabolisme énergétique et à un fonctionnement mental normaux. AR : Apports de Référence.

LA VICTOIRE

SE PRÉPARE DE L'INTÉRIEUR

PLUS DE 190 ÉQUIPES
SPORTIVES, ATHLÈTES ET
ÉVÉNEMENTS SPORTIFS
DANS LE MONDE UTILISENT
LA GAMME DE PRODUITS
H24 POUR OPTIMISER
LEURS PERFORMANCES



Athlètes sponsorisés



Olympique Lyonnais Féminin

France

« Herbalife est devenu un atout majeur pour la performance de notre équipe. Avec leurs gammes de produits très élargies, cela nous permet de satisfaire tous les besoins de nos championnes. La qualité de la récupération reste un enjeu majeur dans le sport de haut niveau aujourd'hui. Désormais avec Rebuild Strength H24 cela nous permet d'améliorer la récupération de nos joueuses par un apport nutritionnel de qualité »

Romain Segui, Préparateur Physique de l'Equipe Féminine de l'Olympique Lyonnais.

Fédération Française de Volley-Ball

France

« Herbalife accompagne nos joueurs et nos joueuses pendant toute la saison internationale, en stage et en compétition. Nous avons gravi les échelons et touché l'or ensemble, à plusieurs reprises ! La boisson de l'effort CR7 DRIVE est un must-have en entraînement et en match. Et pour la récupération ou les petits creux, les équipes ont à leur disposition les shakes de Rebuild ou les barres protéinées chocolatées, qui ont beaucoup de succès. »

Axelle Guiguet, Directrice Technique Nationale (DTN) (Directrice du haut niveau et de la performance) de la FFVolley.



Notes



DÉVELOPPEZ VOTRE POTENTIEL

DEVENEZ VOTRE PROPRE PATRON AVEC UNE MARQUE DE CONFIANCE

Frais de démarrage minimum • Revenu à temps choisi • Remises produits
Garantie satisfait ou remboursé • Rejoignez une communauté qui inspire
Participez à l'amélioration du quotidien des gens • Formation et soutien complets

Contactez votre Distributeur Indépendant pour en savoir plus.



IMPRIMÉ SUR
DU PAPIER
100 %
RECYCLÉ

Pour en savoir plus, contactez-moi :

Les propriétés hydratantes des produits de soins présentés dans ce catalogue concernent les couches supérieures de l'épiderme. Photos et illustrations non contractuelles.



Herbalife



6 2 4 0 F R