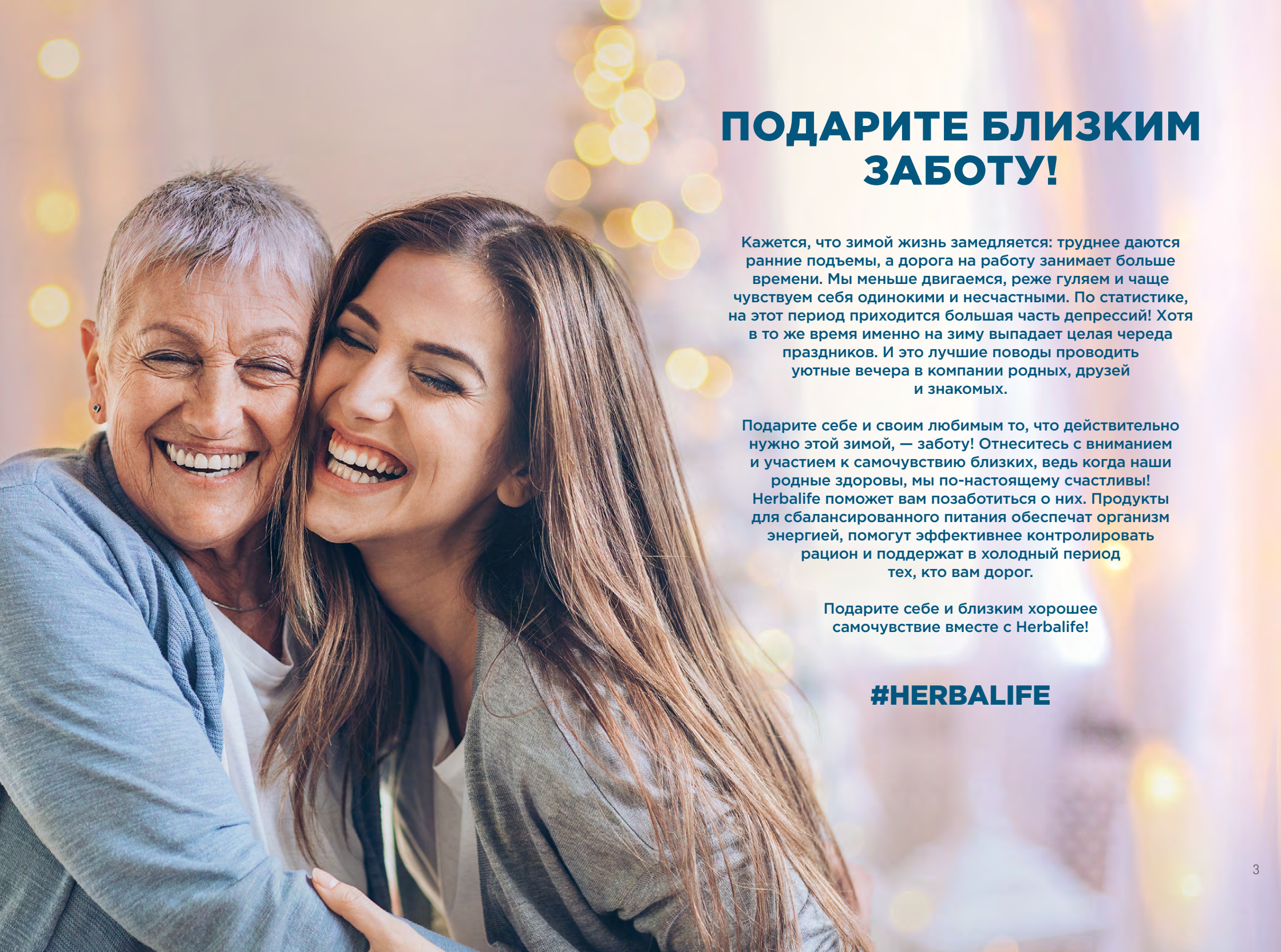




HERBALIFE NUTRITION



**ПОДАРИТЕ ЗАБОТУ
БЛИЗКИМ!**



ПОДАРИТЕ БЛИЗКИМ ЗАБОТУ!

Кажется, что зимой жизнь замедляется: труднее даются ранние подъемы, а дорога на работу занимает больше времени. Мы меньше двигаемся, реже гуляем и чаще чувствуем себя одинокими и несчастными. По статистике, на этот период приходится большая часть депрессий! Хотя в то же время именно на зиму выпадает целая череда праздников. И это лучшие поводы проводить уютные вечера в компании родных, друзей и знакомых.

Подарите себе и своим любимым то, что действительно нужно этой зимой, — заботу! Отнеситесь с вниманием и участием к самочувствию близких, ведь когда наши родные здоровы, мы по-настоящему счастливы! Herbalife поможет вам позаботиться о них. Продукты для сбалансированного питания обеспечат организм энергией, помогут эффективнее контролировать рацион и поддержат в холодный период тех, кто вам дорог.

Подарите себе и близким хорошее самочувствие вместе с Herbalife!

#HERBALIFE

КАЖДОМУ СВОЙ ПОДАРОК!

1

ПОДАРКИ ДЛЯ СЕМЬИ

Можно ли подарить доброе утро? Узнайте это на стр. **6-7**



Выберите своим родителям по-настоящему полезный подарок на стр. **10-12**



Познакомьтесь с нашей новой кулинарной книгой на стр. **18-21**



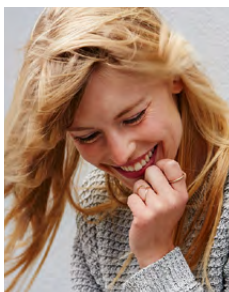
2

ПОДАРКИ ДЛЯ ДРУЗЕЙ

Можно ли осуществить чью-то мечту? Узнайте это на стр. **24-27**



Узнайте, как подарить красоту и уверенность в себе, на стр. **30-33**



Подарите спортсмену спортивный подарок! Читайте больше на стр. **34-35**



3

ПОДАРКИ ДЛЯ КОЛЛЕГ

Как сформировать правильную привычку... коллеге — читайте на стр. **38-39**



Пригласите свою команду на правильный перекус — на стр. **40-41**



Подарите своим коллегам больше энергии! Узнайте больше на стр. **42-43**



4

А ЕЩЕ!

Полезные идеи по упаковке подарков на стр. **48-49**

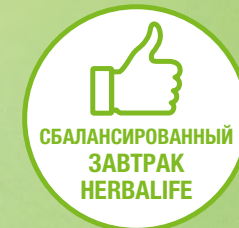


Новые вебинары, которые нельзя пропустить на стр. **47**



ПОДАРИТЕ БЛИЗКИМ ДОБРОЕ УТРО!

HERBALIFE
NUTRITION



Как часто из-за спешки мы не успеваем позавтракать и сразу же погружаемся в пучину дел? А ведь то, как мы проводим утренние часы, определяет не только наш день, но и самочувствие. Начните утро правильно: обнимите своих близких, сядьте вместе за стол, обсудите планы на день за **ВКУСНЫМ И ПОЛЕЗНЫМ ЗАВТРАКОМ**. Такое начало дня сделает утро добрым, изменит ваш настрой и быстро активизирует метаболизм, дав заряд энергии. Это настоящий подарок холодной зимой!

СБАЛАНСИРОВАННЫЙ ЗАВТРАК HERBALIFE

Травяной напиток
Протеиновый коктейль Формула 1
Растительный напиток Алоэ

- Помогает эффективно контролировать* вес, низкокалорийный, обеспечивает чувство сытости на несколько часов
- Обеспечивает энергией, восполняет запасы макро- и микронутриентов

ТРАВЯНОЙ НАПИТОК

Польза 6 фитокомпонентов
для поддержания тонуса
в течение дня!

- Комплекс ингредиентов для усиления антиоксидантной защиты организма
- Кофеин, обеспечивающий эффективное тонизирование

Классический 50 г #0105
Классический 100 г #0106
Лимон 50 г #0255
Малина 50 г #0256



ПОДАРОЧНЫЙ
НАБОР
ДЛЯ
СЕМЬИ

НАУЧНЫЙ ФАКТ!

У тех, кто правильно завтракает, обмен веществ на 3-4 % интенсивнее среднего показателя. Подсчитано, что за год незавтракающие люди могут запросто прибавить в весе 4-7 кг. Завтракайте правильно — в этом секрет по-настоящему доброго утра!

6 *Любые утверждения в отношении контроля веса относятся к Программе контроля веса Herbalife Nutrition, включающей, помимо прочего, сбалансированную диету, регулярные физические упражнения, ежедневное потребление необходимого количества жидкости, употребление биологически активных добавок в случае необходимости и достаточный отдых. Все результаты индивидуальны и могут различаться. Ассортимент продукции может изменяться. О наличии товара в продаже уточняйте у вашего Независимого Партнера Herbalife.

#НАЧАЛОХОРОШЕГО

ХОРОШЕЕ САМОЧУВСТВИЕ — ЭТО ПОДАРОК

Так сложилось, что в нашей культуре питания мы мало внимания уделяем именно пищеварению, а в наших семьях зачастую принято есть тяжелую для усваивания пищу. А ведь от работы ЖКТ зависит и то, как мы выглядим, и то, как себя чувствуем.

Этой зимой вы можете позаботиться о своих близких и рассказать им о важности сбалансированного питания. Начать можно с малого — с правильного пробуждения! ЖКТ, как и всему нашему организму, нужно время, чтобы проснуться. Поэтому приготовьте своим домашним **«УТРЕННИЙ НАПИТОК»**, который бережно запустит пищеварение и будет способствовать активизации перистальтики кишечника. Расскажите близким, как полезны **АЛОЕ** и **ПИЩЕВЫЕ ВОЛОКНА** для организма, и сделайте заботу о нем своей новой семейной привычкой!

ОВСЯНО-ЯБЛОЧНЫЙ НАПИТОК

Ежедневная поддержка пищеварительной системы

- Содержит растворимые и нерастворимые пищевые волокна, которые:
 - поддерживают функцию естественного очищения кишечника
 - помогают в формировании и поддержке полезной микрофлоры кишечника
 - 17 % суточной потребности организма в пищевых волокнах в 1 порции
 - Нежный яблочный вкус
- #2864



КОМПЛЕКС ПИЩЕВЫХ ВОЛОКОН

Ежедневная поддержка оптимальной микрофлоры

В 1 порции содержится:

- 10 % от рекомендуемого уровня суточного потребления пищевых волокон
 - 3 г пребиотиков (растворимых пищевых волокон)
 - 16 ккал
 - Натуральный вкус
- #2865



ПОДАРОЧНЫЙ
НАБОР
ДЛЯ
СЕМЬИ

УТРЕННИЙ НАПИТОК

Вода — 400 мл
Овсяно-яблочный напиток — 1 м. л.
Растительный напиток Алоэ — 3 колп.



ПОДАРОК ОТ САМОГО СЕРДЦА

Сколько ненужных подарков во время праздников мы дарим друг другу и своим родным! А ведь все эти безделушки быстро предаются забвению и перестают быть полезными. Задумайтесь, какой по-настоящему ценный подарок действительно ждут ваши самые близкие люди — родители? Любовь, заботу и внимание.

Особенно зимой, когда они чаще чувствуют себя одинокими и уязвимыми. Именно в этот период возрастает количество сердечно-сосудистых заболеваний и проблем с самочувствием. А ведь с годами наши родители не становятся моложе. Поэтому важно, в первую очередь, подумать о самом главном. Подарите родителям **НАЙТВОРКС** и **ГЕРБАЛАЙФЛАЙН МАКС**. Первый способствует обогащению крови кислородом и укрепляет стенки кровеносных сосудов. А полиненасыщенные жирные кислоты Омега-3 в составе Гербалайфлайн Макс поддержат не только работу сердечно-сосудистой системы, но также улучшат зрение и помогут нормальному функционированию мозга.



ДРИМШЕЙК

Ингредиенты:

Формула 1 «Вечерний коктейль» — 3 ст. л.
Формула 3 — 1 ст. л.
Найтворкс — 2 м. л.
Овсяно-Яблочный напиток — 1 м. л.
Выжатый лимон — 1/4 ч.

Способ приготовления

Смешать в блендере с водой и кубиками льда.

НАЙТВОРКС

Комплекс аминокислот, созданный для защиты нормальной функции сердца и сосудов. Разработан в сотрудничестве с Нобелевским лауреатом Луи Игнарро

Содержит:

- L-аргинин, который способствует:
 - выработке оксида азота, играющего роль в циркуляции крови
 - поддержанию эластичности стенок кровеносных сосудов
 - оптимальному кровоснабжению сердца
- L-цитруллин, который способствует более высокой концентрации L-аргинина в организме
- Таурин, который благотворно влияет на работу сердечно-сосудистой системы #0036



ГЕРБАЛАЙФЛАЙН МАКС

Новая улучшенная формула

Содержит:

- Полиненасыщенные жирные кислоты Омега-3 для поддержки сердца, зрения и нормальной функции мозга
- Более высокие концентрации жирных кислот Омега-3 ЭПЕ и ДГЕ в капсуле
- Не оставляет послевкусия рыбьего жира #0043



#ЗАБОТАОГЛАВНОМ

Ассортимент продукции может изменяться. О наличии товара в продаже уточняйте у вашего Независимого Партнера Herbalife.

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

С ЗАБОТОЙ О РОДИТЕЛЯХ

Кальций принимает участие во многих биологических процессах человеческого организма. Вместе с фосфором, магнием, цинком, марганцем, кремнием он отвечает за формирование и крепость костей и зубов. С возрастом костная масса начинает уменьшаться: к 50 годам она сокращается примерно на 13%. Поэтому вашим родителям особенно важно поддерживать нужный уровень кальция в организме, принимая его с продуктами питания или в виде пищевых добавок. Позаботиться о самых близких поможет **ЭКСТРАКАЛЬ**. Всего три его таблетки обеспечивают 100% суточной нормы потребления кальция.



ЭКСТРАКАЛЬ

Кальций и комплекс микроэлементов для поддержания костной ткани

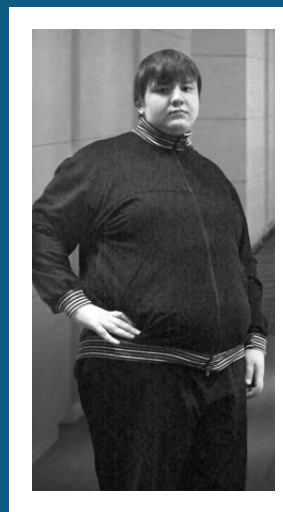
- 3 таблетки ЭкстраКаль обеспечивают 100% суточной нормы потребления кальция
- В составе:
- Кальций, который способствует поддержанию костной ткани крепкой и сильной
- Витамин D для лучшего усвоения кальция



#0020

К.А. Свешников. Пороговые значения минеральной плотности костей скелета, при которой происходят переломы. Механическая прочность костей скелета в возрастном аспекте. <https://www.monographies.ru/ru/book/section?id=5367>. Ассортимент продукции может изменяться. О наличии товара в продаже уточняйте у вашего Независимого Партнера Herbalife.

БАД НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



Александр Гапутин,
27 лет



-100 КГ
#ИСТОРИЯУСПЕХА

НЕЛЬЗЯ ИСКАТЬ ОПРАВДАНИЙ!

Лишний вес был у меня с детства. Однако он не мешал мне любить футбол, хоть и помешал им заниматься. Ведь из-за беспорядочного питания и уменьшения подвижности я достиг отметки в 190 кг! Я очень много ел, не зная, какие продукты «хорошо», а какие — «плохо». Однажды я понял, что хочу жить по-другому. Мои родные очень за меня беспокоились, поэтому сестра познакомила меня с Herbalife. И первые результаты я увидел уже через неделю: ушли 4 кг, появились легкость и энергия. А уже через 12 месяцев я сбросил 100 кг!* Процесс снижения веса проходил очень комфортно благодаря поддержке родных, Консультанта и Клуба. Теперь я живу полной жизнью, занимаюсь футболом и вместе с женой несу ценности здорового образа жизни. Я сам стал Консультантом и хочу продолжать работать над собой. Потому что нельзя искать оправданий. Мой результат — это следствие ежедневной работы!

*При изменении питьевого режима необходимо проконсультироваться со специалистом. Любые утверждения в отношении контроля веса относятся к Программе контроля веса Herbalife Nutrition, включающей, помимо прочего, сбалансированную диету, регулярные физические упражнения, ежедневное потребление необходимого количества жидкости, употребление биологически активных добавок в случае необходимости и достаточный отдых. Все результаты индивидуальны и могут различаться.

ОСОБЕННЫЙ ПОДАРОК

Что бы вы пожелали своим любимым? Мы искренне хотим, чтобы они были счастливы, добивались новых карьерных вершин, больше путешествовали и, конечно, прекрасно себя чувствовали. А холодной зимой особенно важно, чтобы они были здоровы. Для этого окружите их заботой и любовью. А дополнительную поддержку в сезон простуд окажет **КОМПЛЕКС ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛОВ ФОРМУЛА 2**. Гармоничное сочетание витаминов А и С, магния и рибофлавина станет настоящей Формулой больших достижений для ваших защитников. А дополнительный источник кальция — для укрепления костей — и цинка — для сияния кожи и волос — обеспечит **ЖЕНСКУЮ ФОРМУЛУ КРАСОТЫ И УВЕРЕННОСТИ**.

КОМПЛЕКС ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛОВ ФОРМУЛА 2 ДЛЯ МУЖЧИН

Формула больших достижений

- Витамины А и С помогают поддержать защитные силы организма
- Магний способствует нормальному функционированию мышц
- Рибофлавин помогает поддержать метаболизм
- Витамин В5 способствует поддержке умственной деятельности

ДЛЯ НЕГО

Добавьте к презенту сертификат на пробный урок по сноубордингу или тур на снегоходах. Такой подарок оценит каждый мужчина!

ПОДАРОЧНЫЙ
НАБОР
.....
ДЛЯ
СЕМЬИ

КОМПЛЕКС ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛОВ ФОРМУЛА 2 ДЛЯ ЖЕНЩИН

Формула красоты и уверенности

- Цинк поддерживает состояние кожи, волос и ногтей
- Рибофлавин помогает поддержать метаболизм
- Кальций положительно влияет на состояние костей
- Витамины В6 и В3 помогают снизить утомляемость

ДЛЯ НЕЕ

Добавьте аромасвечу с запахом сандала, жасмина или бергамота и пену для ванн. Вашей любимой понравится релакс-процедура, которую можно провести в любой холодный вечер не выходя из дома.



#2038

#1745

С ЗАБОТОЙ О НАШИХ ДЕТЯХ!

Даже когда дети выросли и давно закончили школу, мы все равно продолжаем переживать за них. Ведь родителем не перестаешь быть после того, как твой ребенок стал взрослым. И продолжаешь заботиться о нем — даже на расстоянии. А вы знали, что врожденный иммунитет человека передается с генами родителей? В то время как приобретенный, который формируется в процессе жизни, мы вырабатываем сами. К сожалению, сохранить его крепким в холодный период не так-то просто. Поэтому подарите своим детям поддержку, которая им действительно нужна, — поддержку защитных сил организма! С ней отлично справятся **ИММЬОН БУСТЕР**, **ШИЗАНДРА ЭДВАНС** и **РОУЗГАРД**.

ИММЬОН БУСТЕР

Уникальный комплекс натуральных компонентов для поддержки защитных сил организма

Действие:

- Эксклюзивная добавка EpiCor® поддерживает защитные силы организма
- EpiCor® — зарегистрированная добавка из натуральных компонентов. В странах русскоязычного региона доступна только в продуктах Herbalife
- Цинк, селен, витамин С способствуют оптимальному функционированию защитных сил организма. Кроме того, цинк, витамин С и селен защищают клетки от окислительного стресса

ШИЗАНДРА ЭДВАНС

Входящие в состав ингредиенты способствуют поддержке естественных защитных сил организма

Содержит:

- Экстракт китайского лимонника, который способствует поддержке защитных свойств организма против действия свободных радикалов
- Источник Витаминов В6, С, Е и селена, которые обладают мощным антиоксидантным действием



ПОДАРОЧНЫЙ
НАБОР

ДЛЯ
СЕМЬИ

#0139

РОУЗГАРД

Комплекс мощных антиоксидантов для продления молодости клеток

- Экстракт розмарина — мощный антиоксидант, который: — помогает предотвратить преждевременное старение клеток — оказывает защитное действие на нервные клетки
- Витамины С и Е, которые обеспечивают дополнительную антиоксидантную защиту
- Витамины А и С, которые помогают поддержке естественной защиты организма

#2273

HERBALIFE
NUTRITION

#ЗАБОТАОГЛАВНОМ



#0022



СДЕЛАЙТЕ ПОДАРОК СВОЕЙ КУХНЕ!

Зимой мы проводим больше времени дома, перекусываем жирной пищей и чаще набираем лишние килограммы. Виновниками тому морозы и череда праздников. Из-за них мы буквально не выходим из-за стола! Но как пережить застолья и холода с пользой для себя? Все изменит **НОВАЯ КУЛИНАРНАЯ КНИГА ОТ HERBALIFE!** С ней вы сможете почувствовать себя модным шеф-поваром на собственной кухне. Начните свои кулинарные эксперименты, взяв основу **ПРОТЕИНОВЫЙ КОКТЕЙЛЬ ФОРМУЛА 1**. Ведь сам по себе он отлично подходит для ежедневного питания, так как содержит натуральный белок, клетчатку и необходимые микроэлементы. Поэтому он идеально дополняет сбалансированные и невероятно вкусные рецепты, которые готовятся не многим дольше, чем сам коктейль. Всего за пару минут вы сможете создать настоящий шедевр на своей кухне, который удивит ваших родных и близких!

ПРОТЕИНОВЫЙ КОКТЕЙЛЬ ФОРМУЛА 1

Сбалансированная еда в стакане

- Полноценный прием пищи за 2 минуты
- Основа Программы снижения веса Herbalife Nutrition
- Эффективность подтверждена Клиническими исследованиями
- Сбалансированный состав
- Обеспечивает чувство сытости на несколько часов

Дыня #2793
Маракуйя #0946
Клубника #0143
Шоколад #0142
Крем брюле #0940
Ваниль #0141
Капучино #1171
Пина Колада #0950
Шоколадное
печенье #0146



#HERBALIFE_РЕЦЕПТЫ

HERBALIFE
NUTRITION



ТОРТ «ЯГОДНЫЙ СЮРПРИЗ»

Ингредиенты:

Яйца — 6 шт.
Формула 1 «Шоколад» — 6 м. л.
Крем: Сливки 33% — 250 мл.
Формула 1 «Пина Колада» — 3 м. л.
Свежие ягоды для украшения

Способ приготовления

Отделить белки от желтков. Взбить венчиком белки до густой пены. Формулу 1 «Шоколад» смешать с желтками, а после в три захода добавлять взбитые белки. Выпекать в духовке при 180° тонкие коржи (12–15 минут). **Крем:** сливки взбить с Формулой 1 «Пина Колада» и выложить между коржами. Сверху украсить ягодами.



ПРИГОТОВЬТЕ ВКУСНЫЙ УЖИН!

Зимой короткий световой день часто влияет на самочувствие — нам трудно рано проснуться, а сонливость не покидает весь день. Как правило, это признаки нарушения суточных ритмов. Появляется быстрая утомляемость и ухудшается рацион.

Все может исправить правильный ужин! Ведь от того, каким он будет, зависит качество сна и утреннее пробуждение. Подарите своим близким теплый вечер, после которого они проснутся с улыбкой!

Удивите их вкусным блюдом на основе **ВЕЧЕРНЕГО КОКТЕЙЛЯ ФОРМУЛА 1**, включите музыку и положите подушечки с лавандой возле кровати. Такой подарок ваши близкие запомнят надолго!

#ШЕФ_ГЕРБАЛАЙФ



ВЕЧЕРНИЙ КОКТЕЙЛЬ ФОРМУЛА 1

Вечерняя еда без лишних калорий

- Содержит специальный ингредиент L-триптофан, который способствует полноценному сну
- Инновационная формула
- Два использования: ужин и легкий вечерний перекус



#1636



РЕЦЕПТЫ ОТ ШЕФА

Познакомьтесь с **АВТОРОМ УНИКАЛЬНЫХ РЕЦЕПТОВ ИЗ НАШЕЙ НОВОЙ КУЛИНАРНОЙ КНИГИ** и профессиональным московским **ШЕФ-ПОВАРОМ — АРТЕМОМ ЛОСЕВЫМ!**

АРТЕМ ЛОСЕВ: «Я присоединился к команде Herbalife, потому что мне нравится ее концепция: простые и полезные блюда, которые могут быть по-настоящему вкусными. Именно это вдохновляет меня экспериментировать с продуктами и создавать шедевры, которые каждый может приготовить на своей кухне!»

БЛИННЫЙ РУЛЕТ С ТУНЦОМ

Для блинчиков:

Молоко 2,5 % — 150 мл

Яйцо — 2 шт.

Формула 1 «Вечерний коктейль» — 2 м. л.

Томатный суп Herbalife — 1 м. л.

Формула 3 — 1 м. л.

Оливковое масло — 1 ч. л.

Для начинки:

Тунец консервированный — 100 г

Творог 5 % — 100 г

Чеснок — 1 зубчик

Формула 3 — 1 м. л.

Огурец — 40 г

Способ приготовления

Смешать ингредиенты для теста. На смазанной маслом сковородке выпекать блинчики. Тунец и творог размять вилкой, чеснок измельчить, огурец нарезать соломкой. Все перемешать, положить на блинчик, скатать в рулет.

РЕЦЕПТЫ
ИЗ КУЛИНАРНОЙ
КНИГИ
HERBALIFE

КОНФЕТЫ «ТРЮФЕЛЬ»

Ингредиенты:

Коктейль H24 «Восстановление силы» —
2 м. л.

Вода — 70 мл.

Орехи (любые) — 200 г.

Какао для посыпки

Способ приготовления

Орехи измельчить в блендере в мелкую крупку. Добавить Коктейль H24 «Восстановление силы» и воду. Все смешать до загустения. Скатать в шарики и обвалять в какао.



АЛОЭ ЗИМОЙ? ОТЛИЧНЫЙ ПОДАРОК!

От морозного воздуха, холодного ветра и постоянного перепада температуры зимой больше всего страдает кожа. Шелушения, стянутость, покраснения и сухость — вот основные проблемы сезона, знакомые всем. Позаботьтесь о своих близких, подарив им косметику **HERBAL ALOE**! Смягчающий гель для тела быстро вернет кожу к комфортному состоянию благодаря входящим в состав масел карите, оливы и жожоба. А компактный Крем для тела легко поместится в дамскую сумку или рюкзак. С их помощью кожа станет более увлажненной уже после первого применения!

КОСМЕТИЧЕСКАЯ ЛИНИЯ HERBAL ALOE

**Ежедневный уход за телом
и волосами на основе алоэ**

**УКРЕПЛЯЮЩИЕ ШАМПУНЬ
И КОНДИЦИОНЕР**

- Бережные формулы без добавления сульфатов и парабенов идеально подходят для ежедневного применения

СМЯГЧАЮЩИЙ ГЕЛЬ

- Алоэ вера смягчает и увлажняет кожу
- Кожа выглядит заметно лучше уже после первого применения

КРЕМ ДЛЯ ТЕЛА

- Увлажненность кожи увеличивается на 100 % уже после первого применения #2563

ГЕЛЬ ДЛЯ ДУША

- Бережно очищает, не повреждая верхний слой кожи #2561

ПОДАРОЧНЫЙ
НАБОР
ДЛЯ
СЕМЬИ

**ДОБАВЬТЕ
В НАБОР ВАШЕГО
ЗИМНЕГО ПОДАРОКА
ШЕРСТЯНЫЕ
ПЕРЧАТКИ**

ярких цветов с посеребренными нитями на кончиках среднего, указательного и большого пальцев. Так пользоваться гаджетом можно будет при любом морозе!

**ЧТОБЫ НОГТИ
РОСЛИ ЗДОРОВЫМИ
И КРЕПКИМИ,**

после каждой зимней прогулки втирайте в основание ногтей рядом с кутикулой несколько капель масла косточки абрикоса.



ПОДАРИТЕ МЕЧТУ!

У каждой из нас найдется подруга, которая давно хочет снизить вес, но никак не может это сделать. А в холодное время года расставаться с лишними килограммами особенно тяжело — «виноваты» сезонные биоритмы. Короткий световой день уменьшает активность, а мороз заставляет проводить долгие вечера дома. Но этой зимой вы можете все изменить и помочь близким осуществить мечту об идеальной фигуре. Для этого нужно не так много — Программа снижения веса Herbalife* и ваша поддержка! Ведь в одиночку добиться результата не так просто. Если вы вместе будете придерживаться правильных привычек питания и режима тренировок, то у вашей подруги все получится!

ПРОТЕИНОВАЯ СМЕСЬ ФОРМУЛА 3

Источник полноценного белка: соевого и сывороточного. Минимальное содержание жира и углеводов

- Белок — важная составляющая Программы снижения веса Herbalife
- Белок необходим для поддержания мышечной массы при снижении веса Herbalife
- Обеспечивает более длительное чувство сытости

*Программа снижения веса Herbalife с использованием специализированных продуктов питания: Протеинового коктейля Формула 1 и Протеиновой смеси Формула 3. Ассортимент продукции может изменяться. О наличии товара в продаже уточняйте у вашего Независимого Партнера Herbalife.



#МИНУСРАЗМЕРЫ



Начните ходить в **КЛУБ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ HERBALIFE** со своей подругой, занимайтесь вместе спортом, радуйтесь достижениям в кругу единомышленников и узнавайте интересные рецепты вкусных и полезных блюд. А если в основе вашего ЗОЖ-марафона будет сбалансированный рацион с использованием **ПРОТЕИНОВОГО КОКТЕЙЛЯ ФОРМУЛА 1** и **ПРОТЕИНОВОЙ СМЕСИ ФОРМУЛА 3**, то видимый результат будет замечен уже через 2 недели. Новая фигура и вера в себя — лучший подарок, который вы можете сделать для своих друзей!

БЛИЖЕ К ЦЕЛИ!

В борьбе с лишними килограммами важна любая поддержка — и близких, и друзей, и Персонального консультанта. Но если добавить к этому еще и дополнительные продукты от Herbalife, мечта о стройной фигуре станет еще ближе!

ТЕРМО КОМПЛИТ с экстрактом зеленого чая и кофеина ускорит метаболизм и обеспечит энергией во время снижения веса. Хром и экстракт гарцинии камбоджийской в составе **ЖЕЛТЫХ ТАБЛЕТОК** уменьшит тягу к сладкому. **ЦЕЛЛ-У-ЛОСС** выведет лишнюю жидкость из организма. А **КЛЕТОЧНЫЙ АКТИВАТОР** с L-карнитином в свою очередь поможет усвоению питательных веществ.

ЖЕЛТЫЕ ТАБЛЕТКИ

Входящие в состав ингредиенты помогают уменьшить тягу к сладкому

В составе:

- Хром снижает потребность в сладком и помогает контролировать чувство голода
 - Гарциния камбоджийская — богатый источник гидроксимионной кислоты — помогает контролировать аппетит и стимулирует процесс сжигания жиров
- #0117

ТЕРМО КОМПЛИТ

Входящие в состав ингредиенты стимулируют метаболизм и обеспечивают энергией во время снижения веса

В составе:

- Экстракт зеленого чая и матэ способствует более эффективному снижению веса
 - Кофеин способствует улучшению метаболизма и поднятию тонуса
 - Корица помогает снизить уровень глюкозы в крови, способствуя усвоению сахара
- #0050

КЛЕТОЧНЫЙ АКТИВАТОР

Входящие в состав ингредиенты способствуют эффективному усвоению питательных веществ

Содержит:

- L-карнитин, который способствует выработке энергии в клетках и переходу жирных кислот в энергию
 - Комплекс витаминов группы В (В1, В2, В6), способствует лучшему обмену веществ
 - Алоэ способствует поддержанию оптимального пищеварения
- #3123

ЦЕЛЛ-У-ЛОСС

Входящие в состав ингредиенты способствуют деликатному выведению жидкости из организма

- Петрушка способствует выведению лишней жидкости
 - Калий регулирует содержание в организме солей, щелочей и кислот
 - Магний контролирует баланс калия и натрия для поддержания внутриклеточного водного баланса
- #0111

#МИНУСРАЗМЕРЫ

ПОДАРОЧНЫЙ НАБОР

ДЛЯ ДРУЗЕЙ

HERBALIFE NUTRITION



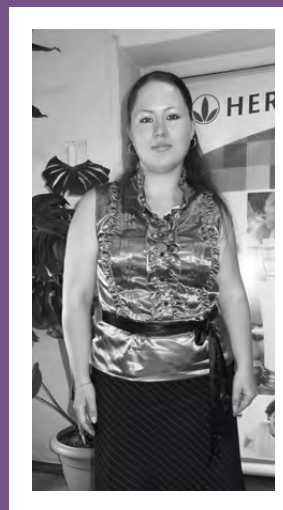
Ассортимент продукции может изменяться. О наличии товара в продаже уточняйте у вашего Независимого Партнера Herbalife.

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



ПРОВЕДИТЕ ЗИМУ В ХОРОШЕЙ КОМПАНИИ

Всем нам зимой хочется впасть в спячку и отложить планы до весны. Холодное время года работает как оправдание нашим пропущенным тренировкам, а череда праздников и вовсе отбивает мотивацию вставать из-за стола. И если совсем нет сил взять себя в руки, то поможет **ПЕРСОНАЛЬНЫЙ КОНСУЛЬТАНТ HERBALIFE!** Он расскажет, как правильно питаться даже во время больших застолий, как настроиться на здоровый образ жизни и как проводить время активно, даже если очень не хочется. Ведь Персональный консультант Herbalife — это ваша постоянная поддержка, вдохновение и мотивация!



Ксения Юдаева,
29 лет



-20 КГ

#ИСТОРИЯУСПЕХА

Я ДОБИЛАСЬ СПОРТИВНОЙ ФИГУРЫ!

В нашей семье проблема лишнего веса была почти у всех. Папа много готовил, а мама часто пекла пироги. Но я всегда мечтала о красивой фигуре. Хотя с возрастом и с рождением сына мечта становилась все дальше. Все изменилось 6 лет назад. Друг пригласил меня в группу поддержки, и с этого началась моя новая жизнь с Herbalife. Я очень вдохновилась результатами других людей и не сомневалась, что тоже так смогу. Изменив свой рацион и привычки питания, за первые 3 месяца я избавилась от 10 кг*. После добавила физические нагрузки, потому что поняла, что хочу не просто красивую фигуру, но и спортивную. Мне так понравилось заниматься в Клубе, в дружеской атмосфере, что я, не пропуская ни одного занятия, улучшила свой результат — минус 20 кг*! После такой победы я и сама захотела стать Персональным консультантом и тоже помогать людям!

*При изменении питьевого режима необходимо проконсультироваться со специалистом. Любые утверждения в отношении контроля веса относятся к Программе контроля веса Herbalife Nutrition, включающей, помимо прочего, сбалансированную диету, регулярные физические упражнения, ежедневное потребление необходимого количества жидкости, употребление биологически активных добавок в случае необходимости и достаточный отдых. Все результаты индивидуальны и могут различаться.

БЫТЬ УВЕРЕННОЙ В СЕБЕ — ЭТО ПОДАРОК!

Каждый месяц женщины сталкиваются с дискомфортными ощущениями, которые мешают наслаждаться жизнью, активно отдыхать и работать. Зимой к ним добавляются дополнительные проблемы — холодный ветер часто провоцирует шелушения кожи, а мороз делает волосы тусклыми.

В такие моменты трудно сохранять уверенность. Поэтому идеальным подарком для ваших подруг будет **ТАН КУАЙ** — фитокомплекс для снижения дискомфортных ощущений — и **КОСМЕТИКА SKIN** — профессиональная забота о коже. Такой набор поможет каждой женщине вернуть уверенность в себе и вновь почувствовать себя красивой, энергичной и полной сил. С Herbalife зима станет в радость!



ЛИНИЯ HERBALIFE SKIN

Сбалансированное питание
для продления молодости кожи

- Очищающий гель на основе алоэ #0765
- Очищающий гель на основе цитрусовых #0766
- Ежедневный увлажняющий крем для естественного сияния кожи #0830
- Увлажняющий крем для кожи вокруг глаз #0771
- Гель для кожи вокруг глаз #0770
- Ночной обновляющий крем #0827
- Очищающая маска на основе глины и мяты #0773
- Защищающий крем SPF30 #0828
- Ягодный скраб для мгновенного обновления кожи #0772
- Антивозрастная сыворотка #0829
- Тонизирующий лосьон на основе трав #0767

ТАН КУАЙ*

Снижение дискомфорта
для женщин

- Содержит:
- Корень дягиля, который способствует расслаблению мышц, снимая дискомфорт и болезненные ощущения
 - Ромашку лекарственную, которая обладает расслабляющим и успокаивающим действием, снимает напряжение в мышцах #0003



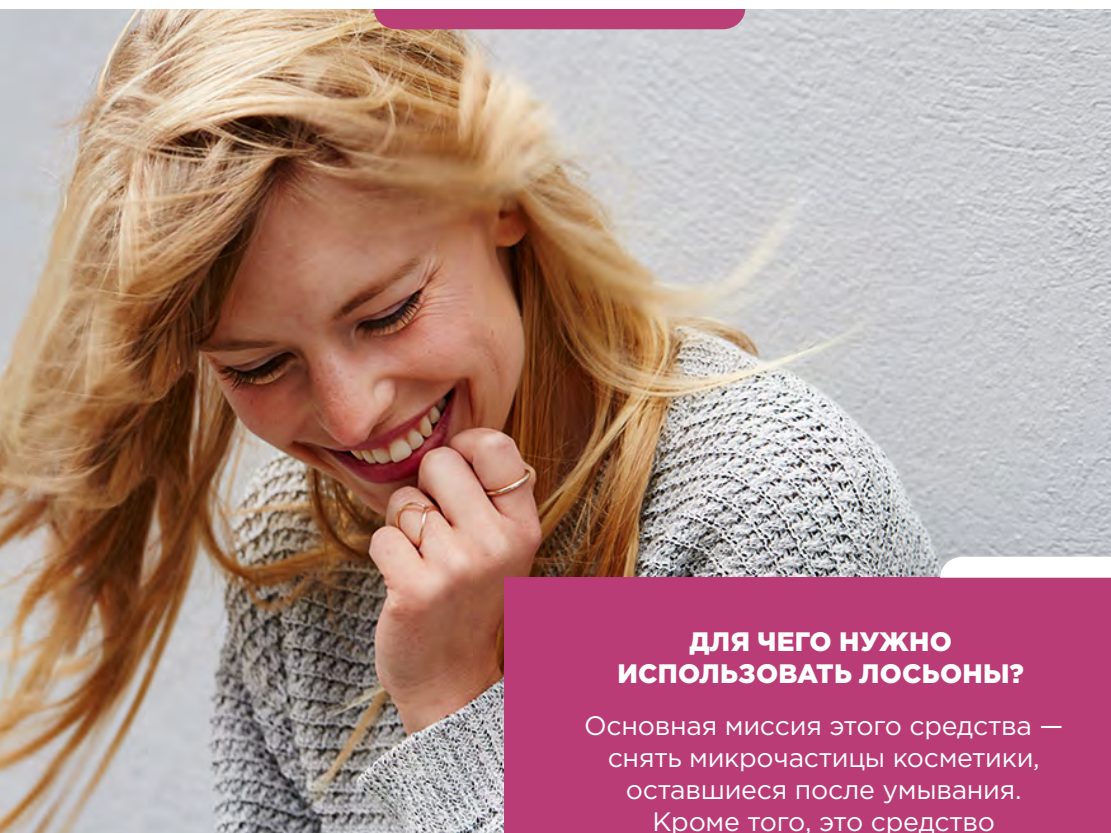
ПОДАРОЧНЫЙ
НАБОР
ДЛЯ
ПОДРУГ

32 Ассортимент продукции может изменяться. О наличии товара в продаже уточняйте у вашего Независимого Партнера Herbalife.

*БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИДЕАЛЬНАЯ КОСМЕТИЧКА!

Женщина, которая ухаживает за собой, чувствует себя красивой и уверенной, несмотря на капризы природы. Поэтому так хочется, чтобы косметика, которую вы приготовили в подарок близкой подруге, подошла именно ей. Но выбрать персонализированное бьюти-средство не так просто. Как угадать, что действительно нужно? **7-ДНЕВНАЯ ТЕСТОВАЯ ПРОГРАММА ОТ SKIN** — это полная гамма средств для ухода за кожей, но в миниатюрах. Продуманная многоступенчатая программа, отвечающая всем потребностям кожи, — отличное решение, которое поможет подобрать свой идеальный уход. И отличный, красивый подарок!



ДЛЯ ЧЕГО НУЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЛОСЬОНЫ?

Основная миссия этого средства — снять микрочастицы косметики, оставшиеся после умывания. Кроме того, это средство подготавливает кожу к нанесению крема и наилучшему «усвоению» содержащихся в нем компонентов.

ПОЧЕМУ ИСПОЛЬЗОВАТЬ SPF-ЗАЩИТУ ВАЖНО ДАЖЕ ЗИМОЙ?

В морозный ясный день в средней полосе России ультрафиолетовый индекс может достигать 6–7 единиц из 12 возможных. Поэтому косметологи советуют наносить санскрин в любое время года после утреннего ухода и до тонального покрытия.



ПОДАРОЧНЫЙ
НАБОР
ДЛЯ
ДРУЗЕЙ

#0867

#003A

ПОДАРОК ДЛЯ ВАШИХ СПОРТСМЕНОВ!

Для настоящих спортсменов смена сезонов не помеха! Наверняка у вас тоже есть такие друзья, которые даже с приходом морозов продолжают готовиться к заветному марафону или велогонке. Но к зимнему воркауту нужно подходить с умом: готовить фитнес-термобелье и утепленные кроссовки и делать паузы между подходами. Но истинных героев это не должно останавливать! Чтобы упражнения давались легче в любую погоду, подарите своим друзьям 2 спортивных продукта, которые оценит каждый спортсмен.

КАК ПРАВИЛЬНО ТРЕНИРОВАТЬСЯ С HERBALIFE!

Чтобы подготовиться к тренировке, нужно выпить **ПРОТЕИНОВЫЙ КОКТЕЙЛЬ ФОРМУЛА 1**.

Чтобы поддержать водный баланс до или после тренировки, нужно выпить гипотонический напиток **CR7 DRIVE**. Комплекс электролитов поддержит выносливость и высокий уровень метаболизма во время фитнеса.



#1466

#1437

#HERBALIFE24

ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ КОКТЕЙЛЬ HERBALIFE24

лучше всего использовать сразу после физических нагрузок. Он способствует быстрому восстановлению после анаэробных нагрузок, обеспечивает ткани кислородом и способствует быстрому наращиванию мышечной массы.

ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ КОКТЕЙЛЬ HERBALIFE24

- Источник белка, который способствует:
 - ускоренному восстановлению после анаэробных нагрузок
 - восстановлению и наращиванию мышечной массы
- Содержит железо для лучшего обеспечения тканей кислородом

CR7 DRIVE

Биологически активная добавка для поддержания выносливости до и после повышенных физических нагрузок

В составе:

- Витамин B1
- Витамин B12 поддерживает метаболизм
- Минералы: калий, натрий, магний

#CR7DRIVE

Ассортимент продукции может изменяться. О наличии товара в продаже уточняйте у вашего Независимого Партнера Herbalife.

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



ПРИГЛАСИТЕ КОЛЛЕГ НА ОБЕД

Каждый день на работе нужно сделать столько дел, что иногда на обед банально не остается времени. Часто наши коллеги пропускают этот прием пищи или наскоро заглушают голод нездоровым перекусом. Вздутие, изжога и тяжесть в желудке — типичные симптомы несбалансированного обеда. Пора это менять! Выберите в подарок коллегам **ТОМАТНЫЙ СУП СО ВКУСОМ БАЗИЛИКА**. С ним быстро приготовить горячий суп прямо в офисе не составит труда! Им больше не нужно гадать, чем перекусить, если коробочка с Томатным супом есть на рабочем месте. К тому же такой обед богат белком и клетчаткой, а содержит всего 104 ккал.

Расскажите своим коллегам о полезных рецептах на основе супа, которые помогут им легко разнообразить свое меню. Это не только полезно, но и очень вкусно!

ТОМАТНЫЙ СУП СО ВКУСОМ БАЗИЛИКА

Вкусный, полезный, питательный суп всего за 1 минуту!

- Изысканный вкус: сочные томаты и аромат пряного базилика
- Содержит инулин — пребиотическую клетчатку
- Богат белком и клетчаткой для поддержания чувства сытости
- 104 ккал в 1 порции!

В 1 порции:
— 7 г белка!
— Более 4 г клетчатки



#0155

HERBALIFE
NUTRITION

ПОЧЕМУ СУП ПОЛЕЗЕН?

Овощные супы, богатые клетчаткой, стимулируют пищеварение и активную выработку пепсина — фермента, расщепляющего белок. Калорийность порции супа в 1,5–2 раза меньше, чем порции второго блюда, при этом сытность его никак не меньше. Если в обед или ужин обойтись тарелкой горячего супа с добавлением белка или пищевых волокон, можно снизить калорийность дневного рациона, практически не уменьшив чувства удовлетворения от еды.

СУП «СЫТНЫЙ ОБЕД»

Ингредиенты:

Горячая вода — 300 мл
Томатный суп со вкусом базилика — 3 м. л
Протеиновая смесь Формула 3 — 1 м. л
Очищенные семена подсолнечника — 2 ст. л
(арахис, миндаль)

Способ приготовления

В кружку налить немного горячей воды, добавить «Томатный суп со вкусом базилика» и Протеиновую смесь Формула 3. Тщательно размешать. Добавить еще горячей воды, постоянно размешивая суп. Сверху посыпать семенами подсолнечника.

С ЧЕГО НАЧАТЬ ПИТЬ ВОДУ? С ПОДАРКА!

Диетологи советуют выпивать в среднем 2 литра чистой воды в день. Сказать легко — реализовать сложнее. Особенно если большую часть дня вы проводите на работе в будничной суете. Наверняка среди ваших коллег есть тот, кто жалуется, что не может начать пить воду. Подарите ему «питьевой набор» для начинающих: удобную бутылку и **ФИЛЬТР ДЛЯ ВОДЫ HERBALIFE**. Когда под рукой будет все что нужно, чтобы поддержать водный баланс организма, сформировать правильную привычку будет проще!

ПОДАРОЧНЫЙ
НАБОР
.....
ДЛЯ
КОЛЛЕГ

#0265

ФИЛЬТР ДЛЯ ОЧИСТКИ ВОДЫ И СМЕННАЯ КАССЕТА HERBALIFE

Чистая и полезная
вода каждый день

- С фильтром для воды и сменной кассетой от Herbalife поддерживать питьевой режим совсем несложно!
- Превосходно очищает:
– удаляет до 100 % вредных примесей
– очищает лучше, чем фильтры ведущей европейской марки
- Сохраняет полезные микроэлементы

РАСТИТЕЛЬНЫЙ НАПИТОК АЛОЭ

Натуральный алоэ для стимуляции пищеварительной системы

Содержит алоэ, который:

- Поддерживает естественную работу пищеварительной системы
- Стимулирует процесс пищеварения

#1189

#0266

РАССКАЖИТЕ СВОЕМУ КОЛЛЕГЕ

..... 1

Не надо насильно заставлять себя пить воду. Нужно просто поставить на рабочий стол бутылку, наполненную чистой водой, и делать пару глотков, когда на нее упадет взгляд.

..... 2

Перед сном можно оставлять рядом с кроватью стакан воды. Так привычка пить воду до завтрака быстро станет нормой.

ЭТИ ПОЛЕЗНЫЕ ЛАЙФХАКИ:

..... 3

Если вкус воды кажется пресным, можно добавить **РАСТИТЕЛЬНЫЙ НАПИТОК АЛОЭ СО ВКУСОМ КЛЮКВЫ**.

Это полезная и приятная альтернатива сладкой газированной воде. Если начать с напитка, который нравится на вкус, то переход на обычную воду станет намного проще.



СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ!

Чаще всего мы набираем лишние килограммы, когда позволяем себе быстро утолить голод первым, что оказалось под рукой. Наверняка вы быстро вспомните пару коллег, которые часто устраивают себе нездоровый перекус вместо полноценного обеда, а потом жалуются на тяжесть в животе и быструю утомляемость. Подкрепиться чем-то сладким — тоже плохой вариант. Поступая в желудок, глюкоза провоцирует резкий всплеск сахара в крови, который так же резко уменьшается, снижая вместе с собой и работоспособность. Поэтому отличный подарок для ваших коллег — это **БАТОНЧИКИ HERBALIFE!**

ПРОТЕИНОВЫЕ БАТОНЧИКИ

Лакомство без вреда для фигуры

- 10 г белка в порции
 - Сладкое без лишних углеводов
 - 3 великолепных вкуса
 - 10 г белка для обогащения дневного рациона.
- Всего 140 ккал на порцию. Меньше, чем в обычных шоколадных батончиках.

Ваниль-Миндаль #0258
Шоколад-Арахис #0259
Лимон #0260

БАТОНЧИК ФОРМУЛА 1 ЭКСПРЕСС

Сбалансированная еда всегда под рукой

- Сбалансированный состав
- Потрясающий вкус
- Удобная упаковка — всегда под рукой
- Сбалансированный состав с высоким содержанием полноценного белка, пищевых волокон, а также источник витаминов и минералов
- Легкий способ контролировать

42 потребляемые калории даже на ходу

Подарите своим коллегам, которые часто пропускают полноценный обед, **БАТОНЧИК ФОРМУЛА 1 ЭКСПРЕСС** с высоким содержанием белка и пищевых волокон. В нем все сбалансированно и полезно, а еще его легко хранить в ящике рабочего стола.

ПРОТЕИНОВЫЙ БАТОНЧИК — настоящее спасение для сладкоежек. Принесите для всего коллектива миску с батончиками, и тогда вместо конфет и печенья каждый сможет взять себе это полезное лакомство — без вреда для фигуры. Одна порция содержит всего 140 килокалорий!

ПОДАРОЧНЫЙ
НАБОР
ДЛЯ
КОЛЛЕГ

#2669



ЭНЕРГИЧНЫЙ ПОДАРОК!

В холодное время года сумерки наступают в самый разгар рабочего дня, влияя на концентрацию и внимание. Можно заметить, что зимой у ваших коллег падает настроение и снижается работоспособность.

Как это исправить? Подарите им заряд энергии — подарите Herbalife! **LIFTOFF**, обогащенный витаминами С и В3, способствует улучшению умственной и физической работоспособности, снижая усталость. А **ТАБЛЕТКИ** и **ЧАЙ N-R-G** обеспечивают длительный тонизирующий эффект, увеличивая уровень энергии.

ТЕПЕРЬ ПОСЛЕ РАБОЧЕГО ДНЯ ОСТАНУТСЯ СИЛЫ И НА АКТИВНЫЕ ХОББИ.

Сходите с коллегами на гонки на снегоходах, — это отличный коллективный спорт.

Для тех, кто устал от снега — пройдите отделом дискавери-квест, проверив смекалку, ориентирование и сообразительность своих коллег.

Давно не чувствовали себя царем горы? Тогда попробуйте покорить скалодром!

LIFTOFF

Заряд энергии и концентрация в нужный момент!

- Содержит кофеин, который способствует: — поддержанию тонуса и сохранению концентрации
 - улучшению умственной и физической работоспособности
 - Обогащен витаминами С и В3, содержит также В1, В2, В5, В6, В7, В12
 - Содержит в 10 раз меньше калорий, чем другие популярные энергетические напитки
 - Удобный формат шипучей таблетки
- Апельсин #3151
Лимон #3152

ЧАЙ И ТАБЛЕТКИ N-R-G

Натуральная гуарана для поднятия тонуса

- Содержат гуарану, которая обеспечивает: — длительный тонизирующий эффект
 - увеличение уровня энергии
 - Кроме того, в напиток содержится кофеин и экстракт чая для усиления тонизирующего эффекта.
 - 2 удобных формата на выбор — чай и таблетки
- Чай #0102
Таблетки #0122

ПОДАРОЧНЫЙ НАБОР
для КОЛЛЕГ

HERBALIFE NUTRITION



Ассортимент продукции может изменяться. О наличии товара в продаже уточняйте у вашего Независимого Партнера Herbalife.

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

РУЧНАЯ РАБОТА!

Зима плохо влияет на нашу кожу. Из-за морозов и перепадов температуры кожа рук может быстро потрескаться, особенно если выйти из дома без перчаток. И большинство таких забывчивых обычно встречается на работе! Вспомните, как с началом холодов они интересуются, нет ли у вас какого-нибудь крема. Подарите прекрасной половине ваших коллег **КОСМЕТИКУ «БЕЛЫЙ ЧАЙ»** — с ней никакие морозы не будут страшны.

Если оставить тюбик крема на рабочем месте, то тогда первая помощь для кожи будет всегда под рукой. Особенно если перчатки все-таки забылись дома.

КОСМЕТИЧЕСКАЯ ЛИНИЯ «БЕЛЫЙ ЧАЙ»

Комплексный уход за кожей

Крем для рук

- Эффективно увлажняет и питает
- Способствует обновлению кожи и помогает предотвратить ее преждевременное старение
- Образует тонкий защитный слой
- Легко впитывается, не оставляет жирной пленки
- Обладает легким ароматом белого чая

#0707



#HERBALIFE



КОСМЕТИЧЕСКАЯ ЛИНИЯ «БЕЛЫЙ ЧАЙ»

Комплексный уход за кожей

Крем для ног

- Эффективно увлажняет, смягчает и питает кожу
- Освежает и способствует обновлению кожи ног
- Легко впитывается, не оставляет жирной пленки
- Обладает легким ароматом белого чая

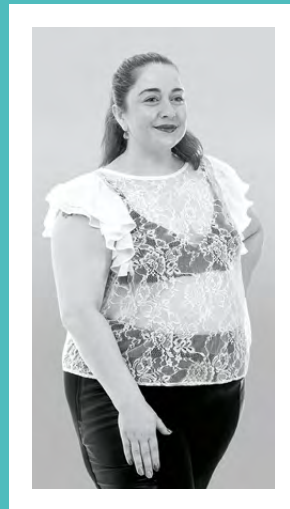
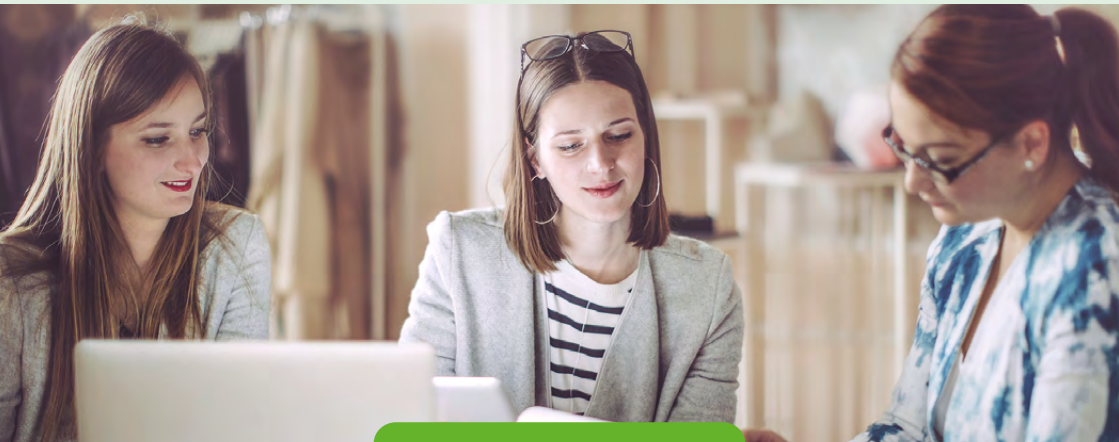
#0708

ПОДАРОЧНЫЙ
НАБОР
ДЛЯ
КОЛЛЕГ

От перепадов температуры страдают даже те участки тела, которые находятся под одеждой. Поэтому каждый вечер не стоит забывать про питательный крем для ног, чтобы позаботиться о ступнях.

ХОРОШЕГО ПРОСМОТРА!

Что делать долгими холодными вечерами, когда за окном непогода? Конечно же смотреть вебинары Herbalife! Это настоящее спасение от зимней хандры, когда не выйти на улицу. Узнайте больше нового от наших титулованных экспертов и профессиональных спикеров. Будьте в курсе событий — смотрите **ВЕБИНАРЫ НА VIDEO.HERBALIFE.RU**



Мария Баченина,
радиоведущая



HERBALIFE
NUTRITION

ДНЕВНИК-
ЭКСПЕРИМЕНТ
«СБРАСЫВАЕМ
ЛИШНЕЕ»
НА РАДИО
«КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА»

АПРЕЛЬ —
ОКТАБРЬ 2018

-15 КГ

#ИСТОРИЯУСПЕХА

МНЕ ПОВЕЗЛО!

Сколько себя помню, я всегда боролась с лишним весом. Я почти добивалась успеха, но потом срывалась и снова его набирала! Вряд ли на свете существует диета, которую бы я не попробовала, но ни одна из них не остановила мою тягу к сладкому и постоянное желание поесть. Я старалась реже смотреть в зеркало, перестала ощущать себя привлекательной и стала равнодушна к красивой одежде. Кто-то скажет, что решить эти проблемы может психолог, а я скажу — правильное питание! Мне повезло! Я познакомилась с продуктами Herbalife и попала в надежные руки своего Консультанта и настоящую компанию единомышленников! Я встретила столько прекрасных людей, которые меня поддерживали. И сегодня я праздную успех: минус 15 кг и новая цель — еще минус 30.* Я вернулась к красивым платьям на 2 размера меньше, начала мечтать о забеге и стала говорить про еду так: вкусно, сытно и рационально! Поэтому только вперед — и только с Herbalife!

*При изменении питьевого режима необходимо проконсультироваться со специалистом. Любые утверждения в отношении контроля веса относятся к Программе контроля веса Herbalife Nutrition, включающей, помимо прочего, сбалансированную диету, регулярные физические упражнения, ежедневное потребление необходимого количества жидкости, употребление биологически активных добавок в случае необходимости и достаточный отдых. Все результаты индивидуальны и могут различаться.

..... 1

Как работает наш иммунитет и что важно про него знать — вебинар **«ЗАЩИТНЫЕ СИЛЫ ОРГАНИЗМА»** от Аллы Шилиной

..... 2

Рецепты Вечернего коктейля Формула 1 — вебинар **«КУЛИНАРНОЕ ШОУ С РЕЦЕПТАМИ ВЕЧЕРНЕГО КОКТЕЙЛЯ»** от лидеров и экспертов Елены Савченко, Елены Ярыгиной, Павла Фатыхова и Аллы Шилиной

..... 3

Эффективная тренировка: что нужно знать? — вебинар **«ВРЕМЯ ПРИШЛО ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ. ПИТАНИЕ ДО, ВО ВРЕМЯ И ПОСЛЕ ТРЕНИРОВКИ»** от Зухры Павловой и Павла Фатыхова

..... 4

Занимаемся дома — вебинар **«ОНЛАЙН-ТРЕНИРОВКА С ИРЕН ОКМЯНСКОЙ»**

..... 5

Как распрощаться с лишними килограммами — вебинар **«ВРЕМЯ ПРИШЛО! ИЗБАВЬСЯ ОТ ЛИШНЕГО ВЕСА»** от Сьюзан Бауэрман и Луиджи Граттона

..... 6

Как жить полной и активной жизнью несмотря на возраст — вебинар **«ВРЕМЯ ПРИШЛО! СТРЕМИТЬСЯ К АКТИВНОМУ ДОЛГОЛЕТИЮ»** от Зухры Павловой

СМОТРИ **ВЕБИНАРЫ НА VIDEO.HERBALIFE.RU**

ДАРИТЕ ПОДАРКИ КРАСИВО!

Зима — время делиться теплом и дарить подарки своим близким! Для того чтобы сделать это красиво, воспользуйтесь простыми, но очень полезными **советами по упаковке подарков**.

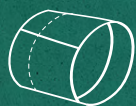
1 НЕСТАНДАРТНЫЕ КРУГЛЫЕ УПАКОВКИ

(как, например, у Протеинового коктейля и Вечернего коктейля Формула 1, Растительного напитка Алоэ, Найтворкса и других) требуют особой техники оформления. Смотрите, как можно это сделать легко и красиво!

Завернуть



Склеить края
скотчем



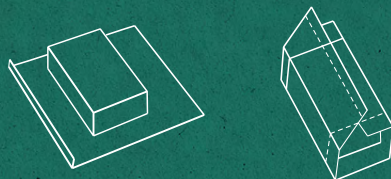
Верх и низ загнуть гармошкой



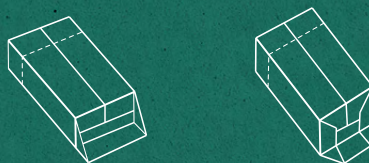
2 ЕСЛИ ВЫ ВЫБРАЛИ В ПОДАРОК ПРОТЕИНОВЫЕ БАТОНЧИКИ ИЛИ, НАПРИМЕР, ГЕРБАЛАЙФЛАЙН МАКС,

то вам подойдет техника оформления небольших подарков. Посмотрите, как это делается!

Отмерить нужное
количество бумаги



Завернуть и склеить
длинные края



Завернуть узкие края,
как показано



3 ЧТОБЫ ДОБАВИТЬ ПОДАРКУ ОРИГИНАЛЬНОСТИ,

вы можете использовать карту, нотную бумагу или газету в качестве упаковки. А чтобы сделать подарок еще более личным, используйте в оформлении фотографии тех, кому он предназначен.



4 ПОМНИТЕ, ЧТО В ОФОРМЛЕНИИ ПОДАРКОВ НЕТ ПРЕДЕЛА ДЛЯ ФАНТАЗИИ!

Вы можете добавить к упаковке засушенные цветы и веточки, искусственный снег или сделанные собственноручно снежинки. Пусть ваши праздники будут красивыми!





ПУСТЬ ЗИМА БУДЕТ БЛИСТАТЕЛЬНОЙ!

ПОЛУЧАЙТЕ РЕЗУЛЬТАТЫ!

Ваш Консультант поможет вам:

- правильно поставить цели
- узнать больше о сбалансированном питании с продуктами Herbalife
- использовать продукты Herbalife с большей пользой
- отслеживать свой успех
- получить помощь и поддержку для достижения вашей наилучшей формы

Персональный Консультант по питанию:

Уточняйте цены у Консультанта по питанию.
Дизайн этикеток в каталоге может отличаться от дизайна этикеток на продукте. Свойства продуктов не зависят от дизайна этикеток и остаются неизменными.



[instagram.com/herbalife_rsm](https://www.instagram.com/herbalife_rsm)



[herbalife.ru](https://www.herbalife.ru)



Мы работаем с людьми и для людей.
8 800 200 74 74
(бесплатная линия для звонков из России)

© 2018 Herbalife International, Inc.
Все права защищены.

#8673-32-RU
Ноябрь 2018
RU-18-10-47



[facebook.com/HerbalifeRSM](https://www.facebook.com/HerbalifeRSM)



ok.ru/herbalifeofficial



vk.com/herbalifeofficial



[youtube.com/HerbalifeRus](https://www.youtube.com/HerbalifeRus)



[bud-v-forme.ru](https://www.bud-v-forme.ru)