

SPORT

SANTÉ

BIEN-ÊTRE

CATALOGUE

COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

26-27

SINCE
2003

嘉士丹
J-M.B.'s luxury
power-food's
Expert diplômé en alimentation sportive - Nutritionniste diplômé - Coach diplômé

www.powerfoodsymb.com

PRÉFACE

En tant que fondateur et propriétaire de l'entreprise **J-M.B's luxury Power-Food's®**, je suis fier de pouvoir vous présenter nos produits, disponibles avec succès sur le marché depuis **2003**. Notre objectif principal est d'améliorer continuellement la qualité de nos produits et de la maintenir au plus haut niveau.

Afin de répondre à ces exigences, nous collaborons depuis de nombreuses années étroitement avec **des médecins, des spécialistes de la santé, des sportifs professionnels, des nutritionnistes, des entraîneurs et bien entendu avec nos clients**. Cette collaboration précieuse nous permet de développer en permanence nos produits et de les adapter au mieux aux besoins de chacun.

Avec aujourd'hui **plus de 50 produits différents**, nous proposons une gamme très complète destinée à différents besoins : que vous soyez **sportif ou non**, que vous souhaitiez améliorer votre **santé et votre vitalité**, ou que vous suiviez une alimentation **végane ou végétarienne**.

Nos produits sont spécifiquement conçus pour **améliorer les performances sportives**, soutenir le **développement musculaire** et favoriser la **réduction de la masse grasse**. Mais ils ne s'adressent pas uniquement aux sportifs : ils contribuent également au **bien-être général, à la santé et à la vitalité**, et peuvent aider les personnes **en surpoids, diabétiques ou allergiques** à adapter leur alimentation de manière ciblée dans la vie quotidienne comme dans le sport.

Nous nous ferons un plaisir de répondre à toutes vos questions et de vous accompagner chaque jour avec **des conseils personnalisés et des informations professionnelles**. Nous vous proposons également un **suivi personnalisé**, avec l'élaboration d'un **programme nutritionnel et d'entraînement sur mesure**, incluant les produits les mieux adaptés pour vous aider à atteindre vos objectifs.

Je serais très heureux de pouvoir vous accueillir personnellement.

Bien cordialement,

Jean-Marie Bermer

SOMMAIRE

Jean-Marie Bermer	4
Introduction	5
J-M.B® Coaching-Concept	7
Marque déposée	8

Acide aminés

Amino-Force powder	10
EAA-Force	11
Xtreme EAA-Powder	12
BCAA-Force	13
Xtreme BCAA-Powder	14
Glutamine-Force	15
Citrulline-Malate Force	16

Brûleurs de graisse et amincissant

J-M.B® Fat-Killer V4	17
Burning-Force V2	18
J-M.B® Water-loos	19
Carnitine-Forte	20
CLA-Forte	21

Protéines et substituts de repas

Power Iso-Whey	22
Power Mass V2	23
Power Special-Pro 90	24
J-M.B® Pancakes V2	25
J-M.B® Oat-Powder	26
Power Recovery	27
J-M.B® Meal Replace	28
J-M.B® Protein-Bar	29

Végan

Power Vegan-Pro 90	30
--------------------	----

Creatine et Nox-Stimulant

Xtreme Nitro-Stak	31
Xplosiv Nitro-Pump V2	32
Xtreme Crea-Stak	33
Power Crea-Mono	34
Crea-Force X4	35
Power Tri-CreaKick plus	36

Santé et bien-être

Ala&Chrom-Force	37
Antioxyd-Force V2	38
Ashwagandha-Force	39
Fenugreek-Force	40
GH-Night Powder	41
Tyrosin-Forte	42
ZMA-Force	43
Zink-Force	44
J-M.B® Vita-Force V3	45
Omega Force	46
T-Sting Force V2	47
Vitamine-C Force	48
Vita B-Complex Force	49
Vita D3+K2 Force	50
Glucosamine-Forte	51
J-M.B® Joint-Support	52
Magnesium Citrat-Force	53

Energy-Drinks

Power Maltodextro	54
Power Energy-Plus	55
Power Waxy-Maize	56
Power Fit	57
J-M.B® Vital Mineraldrink	58
Power Magnesium Citrat 300	59

Stimulateur naturel

DAA-Force	60
Arginine-Forte	61
Beta-Alanine Forte	62
Tribu Force Plus	63
T-Force V2	64
Methostak-Force V3	65
Energy-Force	66

J-M.B® Sports Collection	67
---------------------------------	----

Power-Food's J-M.B® Collection	72
---------------------------------------	----

Articles de compétition	73
--------------------------------	----

nongripballZ®	73
----------------------	----

Merchandising & équipements	74
--	----

Magasin	76
----------------	----

JEAN-MARIE BERMER

Jean-Marie Bermer est :

- Conseiller en nutrition diplômé
- Expert diplômé en nutrition sportive
- Entraîneur diplômé
- Master Instructor diplômé NGB pour sport et physiothérapie
- Préparateur diplômé pour compétitions (tous sports)
- Conseiller certifié en santé (InBody)

Grâce à son exigence élevée en matière de **qualité, de performance, de nutrition, de santé, de vitalité et de bien-être**, il transmet à ses clients son expertise et son expérience acquises au fil de nombreuses années.

Palmarès sportif

- Multiple Champion du Luxembourg (IFBB – WABBA – NAC)
- Mister Esch (IFBB)
- Vice-champion au Grand Prix d'Europe (WABBA)
- Finaliste à la Weider Cup (IFBB)
- 2× Finaliste aux Championnats internationaux d'Allemagne (WABBA – NAC)
- 3× Finaliste aux Championnats du Monde (WABBA – NAC)
- 2× Top 10 à Mister Universum (NAC)
- Finaliste en couple aux Championnats du Monde (WABBA)
- Finaliste en couple à Mr & Mrs Universum (NAC)
- Finaliste aux Championnats d'Europe (WABBA)

Fonctions et engagements

- Vice jury mondial et 2× distinction Top 3 jury mondial- Juré international NAC
- Organisateur du Grand Prix d'Europe (WABBA)
- 8× Organisateur des Championnats du Luxembourg
 - 2× WABBA
 - 1× IFBB (en collaboration)
 - 5× NAC
- 5× Organisateur du **J-M.B® OPEN International** (2015–2019)
- Organisateur des **Championnats du Monde NAC International 2011**
- Président de **WABBA Luxembourg (1991–2003)**
- Président de **NAC Luxembourg (2005–2020)**

En tant que fondateur de **J-M.B's luxury Power-Food's®** (depuis 2003), ancien président de **NAC Luxembourg, juré international NAC** (depuis 2005), fondateur du **J-M.B® OPEN International** (2015–2019) et athlète reconnu au niveau national et international, je suis actif dans le domaine du **sport, de la nutrition et de la santé depuis plus de 40 ans**.

Toutes les expériences accumulées durant ces années, ainsi que mes nombreuses **formations, diplômes et perfectionnements**, constituent aujourd'hui la base idéale pour accompagner mes clients de manière professionnelle – que ce soit pour **le sport, la santé, la vitalité, le bien-être ou la préparation aux compétitions dans toutes les disciplines sportives**.



INTRODUCTION

Qualité, sécurité et accompagnement chez J-M.B's Luxury Power-Food's®

Tous nos compléments alimentaires sont développés et fabriqués sous la supervision permanente de **Jean-Marie Bermer** et de notre **personnel hautement qualifié**. Nous utilisons des **technologies de laboratoire modernes** ainsi que des procédés de fabrication rigoureusement contrôlés afin de garantir une **qualité optimale** et d'améliorer continuellement nos produits.

Nos produits répondent aux normes européennes de qualité les plus strictes :

- **DIN EN ISO 9001:2000**
- **HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points)**
- **GMP (Good Manufacturing Practice)**
- **IFS (International Food Standard)**

De plus, nos produits possèdent un **numéro NUT reconnu par le Ministère de la Santé belge**, ce qui garantit une sélection rigoureuse des meilleures matières premières, une qualité maximale « **Made in Europe** » ainsi que des **ingrédients certifiés et garantis sans dopage**.

Une grande partie de nos produits est également **enregistrée auprès du Ministère de la Santé français comme compléments alimentaires**, sous notre label **J-M.B's Luxury Power-Food's®**.

Nos produits vous accompagnent notamment dans :

- L'augmentation de la **vitalité et l'amélioration de la santé**
- Le soutien nutritionnel pour **les personnes en surpoids, diabétiques et allergiques**
- L'alimentation pour **sportifs et non-sportifs** (sport loisir, endurance, sports de combat, compétition, etc.)
- Le soutien lors de **régimes efficaces**
- La **combustion des graisses et la perte de poids**
- L'alimentation adaptée aux **végans et végétariens**
- L'amélioration de la **force, de l'énergie et des performances**
- Le **développement musculaire et la réduction de la masse grasse**
- La **prise de poids et le développement musculaire**
- L'amélioration de l'**endurance, de la récupération et de la régénération**
- Le soutien du **sport, de la santé et du bien-être**

Accompagnement professionnel et programmes personnalisés

En complément de nos produits de haute qualité, nous proposons également un accompagnement professionnel complet :

- **Élaboration diplômée de programmes nutritionnels personnalisés**
- **Création de programmes d'entraînement sur mesure**
- **Mesures professionnelles de la masse grasseuse et de la santé**
- **Analyse corporelle certifiée avec l'InBody 770**
- **Coaching personnel diplômé** (uniquement sur rendez-vous)

Les séances d'entraînement se déroulent dans notre **studio de fitness privé de plus de 300 m²**.

Notre salle est **entièrement moderne et équipée d'appareils Life Fitness et Hammer Strength de dernière génération**.

Nous proposons notamment :

- entraînement fitness
- entraînement santé
- entraînement de rééducation pour toutes les tranches d'âge
- préparation professionnelle aux **compétitions dans toutes les disciplines sportives**

Nous proposons également, sur demande, des **formations et perfectionnements certifiés pour devenir entraîneur NongripballZ® Sport et Physio.**

Garantie de qualité de nos produits

Tous nos produits sont :

- **strictement contrôlés et certifiés**
- **100 % sans substances dopantes**
- **sans aspartame**
- **sans gluten**
- et pour la plupart **sans colorants**

Si vous ne trouvez pas le produit adapté à vos besoins dans notre gamme ou si vous avez des questions supplémentaires, nous serons heureux de vous conseiller personnellement.

Votre réussite est notre motivation.

J-M.B®



J-M.B[®] COACHING-CONCEPT

COACHING PERSONNALISÉ

Vous recherchez un **coaching personnel professionnel** afin d'améliorer durablement votre mode de vie ?

Souhaitez-vous :

- améliorer votre **bien-être et votre santé**
- augmenter votre **condition physique**
- **perdre du poids et brûler des graisses** (sans effet yo-yo)
- **développer votre masse musculaire**
- améliorer vos **capacités physiques**
- augmenter vos **performances sportives**
- ou participer à **des événements sportifs et des compétitions** ?

Alors **Power-Food's J-M.B[®]** vous propose un **programme de coaching personnalisé et diplômé**, incluant des contrôles réguliers et des analyses corporelles exclusives grâce à l'appareil **InBody 770**.

6 bonnes raisons de choisir notre coaching

1. Analyse complète de votre morphologie

Apprenez à connaître précisément votre **morphologie et votre type de corps**.

La première analyse dure moins d'une minute et montre la **répartition exacte de votre masse musculaire et de votre masse grasseuse** dans toutes les parties du corps (bras, jambes, tronc).

2. Programme personnalisé

Sur base de votre analyse, nous élaborons un **programme nutritionnel et d'entraînement parfaitement adapté** à votre morphologie et à vos objectifs.

3. Résultats visibles et mesurables

En comparant vos différentes analyses, vous pourrez observer clairement vos progrès :

- masse musculaire
- masse grasseuse
- eau corporelle
- protéines

Si nécessaire, nous adaptons votre programme afin d'optimiser vos résultats.

4. Suivi mensuel

À partir de la troisième analyse, nous suivons ensemble **l'évolution de votre morphologie mois après mois**.

5. Motivation et accompagnement professionnel

Nous vous accompagnons continuellement avec un **suivi professionnel, des conseils personnalisés et des résultats mesurables**, jusqu'à l'atteinte de vos objectifs.

6. Stabilisation durable des résultats

Grâce aux analyses régulières, nous contrôlons et stabilisons vos progrès afin de **maintenir vos résultats sur le long terme**.

N'attendez plus.

Prenez rendez-vous dès maintenant et bénéficiez, après votre première analyse, d'un **conseil personnalisé et professionnel**.

Analyse médicale professionnelle de la composition corporelle

avec
InBody770

Nous mesurons ...

Vos résultats d'entraînement
Votre composition corporelle
Votre fitness
Votre état nutritionnel
Vos risques pour la santé
Et bien plus encore ...

Prenez un
rendez-vous dès
maintenant !!!



MARQUE DÉPOSÉE

Pour toutes celles et ceux qui découvrent aujourd'hui la marque **J-M.B's Luxury Power-Food's®** :

notre marque est un **label reconnu, protégé et enregistré (®) dans toute l'Europe**, considéré depuis de nombreuses années comme un **précurseur sur le marché européen des compléments alimentaires haut de gamme**.

Notre gamme de produits est en constante évolution et s'élargit régulièrement. Nous accordons une attention particulière à la **sélection rigoureuse des ingrédients et à l'innovation dans nos formules**, basées sur des études régulières concernant leur composition et leurs effets nutritionnels et physiologiques.

Nos produits sont développés et fabriqués selon des standards de qualité **parapharmaceutiques**. Chaque étape de production, chaque test et chaque dosage sont soumis à des contrôles stricts conformément aux normes internationales :

- **GMP (Good Manufacturing Practice)**
- **HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points)**
- **ISO 9001**

Ces standards garantissent aux consommateurs un **niveau de qualité et de sécurité très élevé**, ainsi que des ingrédients **certifiés sans substances dopantes**. Les substances actives et matières premières utilisées dans notre gamme répondent aux **meilleures normes de qualité internationales**.

Durant tout le processus d'autorisation de mise sur le marché, notre entreprise travaille en étroite collaboration avec **les autorités nationales et les organismes gouvernementaux compétents**, afin de garantir la sécurité et la conformité de nos produits.

Nos produits sont reconnus par nos consommateurs comme des **compléments alimentaires haut de gamme appartenant au segment premium / luxury**. Leur composition, à base d'ingrédients soigneusement sélectionnés, assure une **efficacité synergique optimale** tout en offrant un **goût particulièrement agréable**.

Nous refusons de devenir leader du marché au détriment de la qualité. Depuis toujours, notre philosophie repose sur les valeurs suivantes :

**Qualité – Certification – Satisfaction client –
Reconnaissance – Bien-être de nos clients**



Nos produits les plus populaires

Au Luxembourg, mais également sur le marché international, nos produits les plus demandés sont notamment :

- protéines de haute qualité
- acides aminés
- brûleurs de graisse...

Ces produits ont été développés afin d'offrir une **concentration maximale de protéines de haute qualité** ainsi que des **formules innovantes et brevetées**.

Nos protéines sont disponibles dans **de nombreuses saveurs** afin de satisfaire même les exigences les plus élevées. Elles fournissent aux muscles une quantité optimale d'acides aminés, stimulent la **synthèse protéique** et favorisent simultanément les **processus anaboliques**.

Les sources de protéines de **J-M.B's Luxury Power-Food's®** se distinguent notamment par leur capacité à **optimiser l'absorption rapide des acides aminés par l'organisme**.



AMINO-FORCE POWDER *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez comme soutien nutritionnel et durant les phases de régime 2-3 fois par jour 1 dosette (environ 10 g) avec 250 ml de liquide avec (ou entre) les repas (matin-midi-soir). Également durant les jours d'activités sportives, prenez 1 dosette supplémentaire (environ 10 g) avec 250 ml de liquide avant et 1 dosette (environ 10 g) avec 250 ml de liquide après l'entraînement ou durant l'activité.

Amino-Force powder de **Power-Food's J-M.B®** en forme de poudre est notre nouvelle formule d'acides aminés, c'est cette même formule qui l'a rend unique. Elle est composée d'une (100 %) de pure whey-protéine de petit lait hydrolysée iso- micro filtré, ainsi que d'un important rajout de BCAA's en plus, qui est de 25,3 g (sur 100 g). Cette composition d'**Amino-Force powder** est une des plus puissante et des plus pures au monde, elle est différente de tous les produits habituellement proposés sur le marché.

Amino-Force powder est adapté à tout le monde, athlète et non athlète, qui serait à la recherche d'un complément protéiné qui contribuerait à la croissance ou au maintien de la masse musculaire.

Également recommandé aux végétariens et pour toutes les personnes qui ne mangent pas suffisamment de protéines avec leurs repas... Ils disposeront ainsi avec **Amino-Force powder** d'un excellent choix pour compléter leur alimentation.

Amino-Force powder est à 100 % sans collagène !



Dosage : Boîte de 400 g

Parfum : Neutre

Numéro NUT : AS 1626/39

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 379,32 kcal / 1599,71 kJ | Glucides : 3,76 g | Protéines : 92 g | Lipides : 0,94 g

EAA-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Les jours d'entraînement, prenez 2-3x 5 capsules avec un verre d'eau avant et pendant l'entraînement ou les activités physiques. Les jours de repos, prenez 2x 5 capsules par jour, le matin au petit déjeuner ou directement à jeun, et le soir avant le coucher

Dosage : Boite 300 capsules / poids Net(to) 185,40 g

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 410 kcal / 1710,54 kJ

Glucides : 0 g

Protéines : 100 g

Lipides : 0 g

La nouvelle **EAA-Force** de **Power-Food's J-M.B®** (sous forme de capsules) contient **8 acides aminés essentiels** combinés avec les bcaa en forte quantité comme les : **L-Leucine, L-Isoleucine et L-Valine**, appelés acides aminés ramifiés à chaîne branchée. En raison de leur structure, du rapport pur et spécial de 2:1:1, ceux-ci sont désignés comme des **acides aminés** à chaînes branchées. Le métabolisme des **BCAA** et le reste des acides-aminés essentiels comme, L-Lysine hcl, L-Histidine, L-Méthionine, L-Phénylalanine, L-Thréonine et L-Tryptophane, se logeront directement dans les muscles et non dans le foie, ce qui rend la combinaison des acides-aminés essentiels **EAA-Force** encore plus indispensable pour la régénération du tissu musculaire, qui a généralement été détruit pendant les exercices intenses.

En cas d'approvisionnement et de timing correct, cette formule (qui sera à prendre le matin, avant et pendant l'entraînement) **EAA-Force** augmente l'effet anti-catabolique et anabolisant, augmente la régénération et la récupération lors des activités sportives, favorise une progression constante idéale pour une meilleure amélioration de la performance et de la croissance musculaire. En particulier, la **L-Leucine**, stimule l'insuline, l'hormone qui permet au muscle de mieux absorber les acides aminés et les nutriments.

EAA-Force empêche la formation d'urée et d'ammoniac dans le foie pendant l'exercice et réagit avec la **L-Tryptophane**, réduisant la production de sérotonine, qui est à l'origine de fatigue, de somnolence et de manque de concentration pendant l'exercice intense, ou d'autres efforts physiques.

EAA-Force de **Power-Food's J-M.B®** est indispensable pour tous, que ce soit pour les sportifs ou les compétiteurs, mais aussi pour toutes les activités physiques et sportives, il est tout simplement idéal pour tous, également pour les non sportifs.



XTREME EAA-POWDER *luxury*



Mode d'emploi :

Les jours de sport, mélanger 5 dosettes (environ 15 g) dans 250 à 500 ml d'eau minérale fraîche et buvez-les pendant la séance d'entraînement. Vous pouvez également mélanger 5 dosettes (environ 15 g) dans un verre d'eau minérale fraîche et boire avant et après l'entraînement ou les activités physiques. Les jours de repos, mélangez 5 dosettes (environ 15 g) dans un verre d'eau minérale fraîche le matin et boire à jeun ou au petit déjeuner

Dosage : Boîte de 500 g

Parfum : Tropical

Valeurs nutritionnelles par 15 g :

Énergie : 56,91 kcal / 238,24 kJ

Glucides : 0,95 g

Protéines : 12,09 g

Lipides : 0 g

La nouvelle **Xtreme EAA-Powder** (sous forme de poudre) de **Power-Food's J-M.B®** contient **8 acides aminés essentiels** combiné avec les bcaa en forte quantité comme la : **L-Leucine 3,50 g**, **L-Isoleucine 1,75 g** et **L-Valine 1,75 g** appelés acides aminés ramifiés à chaîne branchées. En raison de leur structure, du rapport pur et spécial de 2:1:1, ceux-ci sont désignés comme des acides aminés à chaînes branchées. Le métabolisme des **BCAA** et le reste des acides-aminiés essentiels comme, L-Lysine hcl 510 mg, L-Histidine 510 mg, L-Méthionine 510 mg, L-Phénylalanine 510 mg, L-Thréonine 510 mg et L-Tryptophane 510 mg, logeront directement dans les muscles et non dans le foie, ce qui rend la combinaison des acides-aminiés essentiels encore plus indispensable pour la régénération du tissu musculaire, qui a été généralement détruit durant les exercices intenses.

En cas d'approvisionnement et de timing correct, cette formule boisson (le mieux est de la consommer le matin et pendant l'entraînement) **Xtreme EAA-Powder** augmente l'effet anti-catabolique et anabolisant, augmente la régénération, la récupération lors d'activités sportives et favorise une progression idéale constante pour une meilleure amélioration de la performance et de la croissance musculaire ciblée. En particulier, la **L-Leucine**, stimule l'insuline, l'hormone qui permet au muscle de mieux absorber les acides aminés et les nutriments.

Xtreme EAA-Powder empêche la formation d'urée et d'ammoniac dans le foie pendant l'exercice et réagit avec la **L-Tryptophane**, réduisant ainsi la production de sérotonine, qui est à l'origine de fatigue, de somnolence et du manque de concentration pendant l'exercice intense et de l'effort physique.

Xtreme EAA-Powder de **Power-Food's J-M.B®** est indispensable pour tous, que ce soit sportif ou compétiteur, mais également pour toutes les activités physiques et sportives. Notre formule boisson délicieuse est idéale pour tous (aussi pour les non sportifs).



BCAA-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Durant les jours d'activités sportives, prenez 5 tablettes avant et 5 tablettes après l'entraînement ou pendant une activité quelconque. Les jours de repos, prenez 5 tablettes avant le petit-déjeuner et 5 tablettes le soir avant le coucher.

Les athlètes avancés prennent 0,1 g par kg poids de corps 2-3x par jour comme indiqué.

Dosage : Boîte 300 tablettes / poids Net(to) 360 g

Numéro NUT : NUT 1626/11

Le nouveau **BCAA-Force** de **Power-Food's J-M.B®** contient dorénavant 1,15 g d'acides aminés ramifiés à chaîne liée par tablette, qui se composent de la **L-leucine 575 mg**, de **L-isoleucine 287,5 mg** et de **L-valine 287,5 mg**. Cette relation spéciale et pure de 2:1:1 est appelée, grâce à sa structure spéciale, **acide aminée** à chaînes branchées. Le métabolisme des **BCAA** est différent des autres acides aminés, il a lieu directement dans le muscle et non dans le foie, ce qui rend **BCAA-Force** indispensable à la reconstruction du tissu musculaire, qui aurait normalement été détruit pendant un exercice intense. Pris au bon moment, **BCAA-Force** augmente l'effet anti-catabolique (il empêche la dégradation musculaire) il est anabolique et augmente la régénération et la récupération pendant le sport. Il favorise donc idéalement le progrès pour de meilleures performances ou pour une croissance musculaire ciblée. La **L-leucine**, en particulier, stimule la production de l'insuline, l'hormone qui permet au tissu musculaire de mieux absorber des acides aminés et les nutriments.

BCAA-Force empêche la formation d'urée et d'ammoniac dans le foie au cours de l'exercice et réagit avec le tryptophane en réduisant la production de sérotonine. Ils combattent la cause de la fatigue, la somnolence et le manque de concentration pendant les entraînements intenses.

BCAA-Force de **Power-Food's J-M.B®** est essentiel pour tout le monde, que ce soit pour les athlètes ou pour les sportifs de loisirs durant tous les sports et autres activités.



XTREME BCAA-POWDER *luxury*



Mode d'emploi :

Durant les jours d'entraînement, mélanger environ 3-6 dosettes bien remplies (environ 10-20 g) avec 500-750 ml d'eau minérale fraîche et consommez-le au cours de la séance d'entraînement. Vous pouvez aussi mélanger 3 dosettes (environ 10 g) dans un verre d'eau et boire avant et après l'exercice physique.

Dosage : Boîte de 500 g

Parfums : Tropical

Numéro NUT : NUT 1626/20

La nouvelle **Xtreme BCAA-Powder** (sous forme de poudre) de **Power-Food's J-M.B®** contient environ 10 g d'acides aminés ramifiés à chaîne liée par dose, se composant de **L-Leucine 4,26 g**, **L-Isoleucine 2,13 g** et **L-Valine 2,13 g**. En raison de leur structure et du rapport pur et spécial de 2 :1 :1, ceux-ci sont désignés comme des **acides aminés** à chaînes branchées. Le métabolisme des **BCAA** a lieu (contrairement à d'autres acides aminés) directement dans les muscles et non dans le foie, ce qui rend l'**Xtreme BCAA-Powder** indispensable pour la régénération du tissu musculaire, qui a été généralement détruit pendant l'exercice intense.

En cas d'approvisionnement et de timing correct, cette formule boisson (le mieux pendant l'entraînement) **Xtreme BCAA-Powder** augmente l'effet anti-catabolique et anabolisant, augmente la régénération et la récupération lors d'activités sportives et favorise une progression constante idéale pour une meilleure amélioration de la performance et de la croissance musculaire ciblée. En particulier, la **L-Leucine**, stimule l'insuline, l'hormone qui permet au muscle de mieux absorber les acides aminés et les nutriments.

Xtreme BCAA-Powder empêche la formation d'urée et d'ammoniac dans le foie pendant l'exercice et réagit avec le tryptophane, réduisant la production de sérotonine, qui est à l'origine de fatigue, de somnolence et de manque de concentration pendant l'exercice intense.

Xtreme BCAA-Powder de **Power-Food's J-M.B®** est indispensable pour tous, que ce soit sportif récréatif ou compétitif, et pour tous les activités physiques et sportives. Notre formule boisson délicieuse est idéale pour tous.



GLUTAMINE-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Les jours d'entraînement, prenez 3-5 dosettes (5-10 g) avec un verre d'eau ou jus de fruits avant et après l'exercice ou durant l'activité physique.

Les jours de repos prenez 3-5 petite dosettes (5-10 g) le matin avec le petit déjeuner et 5-10 g le soir avant le coucher avec un verre d'eau ou jus de fruits.

Pour les personnes qui font un régime faible en glucides et optimal pour les végétalien et végétarien : prenez 3 fois par jour 3-5 petite dosettes (5-10 g), répartis entre les repas avec un verre d'eau ou jus de fruits tout au long de la journée.

Dosage : Boîte de 500 g

Parfum : Neutre

Numéro NUT : AS 1626/9

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 400 kcal / 1673,6 kJ | Glucides : 0 g | Protéines : 100 g | Lipides : 0 g

La **glutamine** est l'acide aminé le plus abondant dans l'organisme humain (plus de 50 %). Lorsque l'on perd de la glutamine dans le corps, la performance et la concentration peuvent diminuer mais aussi l'atrophie musculaire et le déficit immunitaire peuvent survenir. **Glutamine-Force** de **Power-Food's J-M.B.** est très important comme complément, car il empêche la dégradation musculaire, augmente la récupération, fortifie le système immunitaire et stimule la production d'hormones de croissance. En outre, il augmente le volume des cellules (par une importante hydratation des cellules musculaires). Et ce tout en favorisant la croissance musculaire. (Sans une concentration suffisamment élevée de glutamine dans le muscle, une croissance musculaire ou une performance optimale ne sont pas possibles.)

Glutamine-Force est également important durant les régimes pauvres en glucides, car il contribue avec son fort effet anti-catabolique au maintien de la masse musculaire. Même les végétariens et véganiens devraient compléter leur alimentation faible en protéines avec **Glutamine-Force** qui contribuerait, par ses caractéristiques particulières à une alimentation équilibrée.

Glutamine-Force de **Power-Food's J-M.B.** contient une glutamine pure à 100 % et elle est adaptée pour tous les athlètes ou les non-athlètes. Elle est parfaitement absorbée par le corps humain et possède un goût neutre.



CITRULLINE-MALATE FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Pour augmenter les performances, les jours de sport les athlètes prennent entre 2-3 dosettes (3-5 g) environ 15 minutes avant l'entraînement ou l'activité physique avec environ 200 ml de liquide. De plus, vous pouvez prendre les jours de sport entre 2-3 dosettes (3-5 g) le matin à jeun et entre 2-3 dosettes (3-5 g) le soir avant le coucher.

Les bodybuilders et les athlètes de force complètent prennent entre 3-4 dosettes (5-8 g) environ 15 minutes avant la séance d'entraînement avec une de nos variantes que nous proposons telles que (Xtreme Crea-Stak, Xtreme Nitro-Stak, Xplosif Nitro-Pump) pour augmenter les performances, augmenter l'effet pump, ainsi que la force et construction musculaire.

Les jours de repos, prenez 2-3 dosettes (3-5 g) du matin à jeun ou au petit-déjeuner, et 2-3 dosettes (3-5 g) le soir avant le coucher avec 200 ml de liquide.

Dosage : Boîte de 300 g

Parfum : Neutre

Le **Citrulline-Malate Force** de **Power-Food's J-M.B®** est un acide aminé non essentiel, basique, non protéinogène et précurseur de la L-arginine. Il se transforme très lentement en L-arginine dans le corps, ce qui lui donne un aspect plus long et plus efficace.

Citrulline-Malate Force augmente la production d'ATP et diminue ainsi l'acide lactique, élimine l'ammoniac présent dans le sang et exerce un effet positif direct sur la récupération musculaire, ainsi que sur l'énergie et le bien-être. **Citrulline-Malate Force** favorise les performances, une récupération plus rapide (même pendant les séances d'entraînement), une oxygénation accrue et assure un pump musculaire plus que durable.

Citrulline-Malate Force est idéal pour augmenter les performances et la récupération musculaire de tous les sports d'endurance, les sports de combat, mais aussi les athlètes de force et les bodybuilders qui en profitent simultanément pour augmenter leur force et construction musculaire.

Pour les non-sportifs, **Citrulline-Malate Force** convient également très bien pour favoriser la santé, la vitalité et le bien-être, augmenter la concentration et améliorer la récupération.

Notre **Citrulline-Malate Force** possède également des fonctionnalités telles que :

- Augmentation le taux de L-arginine dans le sang
- renforcement du système immunitaire
- Agit en tant que neurotransmetteur
- améliorer la concentration
- Dilatation vasculaire et hypotensive
- travail musculaire plus efficace
- dégradation de la graisse
- augmente la synthèse des protéines
- améliore l'effet de la testostérone dans la cellule
- Augmentation de la libération d'insuline, d'HGH et de glucagon



Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 264 kcal / 1119 kJ | Glucides : 0 g | Protéines : 66 g | Lipides : 0 g

Numéro NUT : AS 1626/32

J-M.B[®] FAT-KILLER V4 *luxury*



J-M.B[®] Fat-Killer V4 est la quatrième édition de notre formule unique et brevetée de **Power-Food's J-M.B[®]**. Cette nouvelle formule améliorée est composée avec grand soin à partir d'une grande variété de plantes. Elle a été **NOUVELLEMENT** ajustée et le dosage a été créé pour une meilleure tolérance sur le corps et pour un effet optimal en guise de résultat. Il est très certainement l'un des meilleurs et des plus efficaces brûleurs de graisse sur le marché actuel.

La combinaison de différentes substances telles que le **citrus aurantium** avec de la **caféine**, la **guarana**, la **noix de kola** et la **théobromine** augmente la thermogénèse naturelle dès la première prise et assure ainsi une combustion plus rapide des graisses et un énorme regain d'énergie. L'appétit est fortement réduit, ce qui augmente considérablement la perte de poids. L'ajout d'**extrait de framboise (cétone HPLC)** et d'**extrait de poivre noir** augmente considérablement l'effet, et l'ajout (**nouveau**) de l'**extrait d'haricot blanc** et de l'**extrait de Gymnema Silvestre** dans cette composition, réduit profusément l'envie de sucreries, donc la perte de poids augmente radicalement !!!

Le **J-M.B[®] Fat-Killer** des trois premières éditions était déjà très réussi, il reste connu et apprécié par nos consommateurs comme une formule brevetée spéciale qui a été développé grâce à des années de recherche et d'expérience. La nouvelle quatrième édition actuelle du **J-M.B[®] Fat-Killer V4** a maintenant été de nouveau évalué par plusieurs nouvelles récentes études et de nombreux tests simultanés comme un produit plus amélioré et encore davantage réussi. Il reste donc notre produit **Nr.1** parmi les produits aminciissants et les brûleurs de graisse, le tout dans une certitude absolue. En tant que l'un de nos produits les plus vendus de l'arsenal **Power-Food's J-M.B[®]**, nous vous garantissons que le nouveau **J-M.B[®] Fat-Killer V4** permet une bonne tolérance de l'organisme et qu'il apporte des résultats encore meilleurs et plus efficaces.

Mode d'emploi :

Prendre 1-2 gélule avant le repas (avec un grand verre d'eau), de préférence le matin au petit-déjeuner ou avec un shake protéiné, ou idéalement avant l'effort.

Remarque : La dernière dose doit toujours être prise avant 18 h 00. (Ne pas dépasser le dosage indiquer !)

Dosage : Boîte de 120 capsules (végétalien) / poids Net(to) 78 g

Formule breveté N° 0858617



BURNING-FORCE V2 *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez au plus 3 fois par jour 2 capsules (avec un grand verre d'eau) réparties sur la journée, idéalement le 1^{er} au petit-déjeuner, le reste avant les autres repas ou juste avant l'entraînement. Etant donné la puissance de la formule, il est conseillé de commencer avec 2 capsules et d'augmenter progressivement la dose. (Ne pas dépasser le dosage indiqué !)

Attention : Ce produit devrait être commencé par petites doses et augmenté lentement. La dernière dose doit être prise **avant** 18.00h !

Dosage : Boîte de 150 capsules / poids Net(to) 85,995 g

Burning-Force V2 de **Power-Food's J-M.B®** est certainement le brûleur de graisse et le booster d'énergie le plus avancé au monde et reste un must pour les athlètes qui recherchent une meilleure performance ainsi qu'une combustion des graisses et une perte rapide de poids. Compte tenu de ces développements spécifiques dans le domaine des brûleurs de graisse, **Power-Food's J-M.B®** a décidé d'améliorer sa formule déjà très puissante en y ajoutant trois autres substances. La **pipérine**, qui veille à ce qu'une augmentation supplémentaire de la température corporelle soit présente, l'**acide alpha-lipoïque** et l'**écorce de saule argenté** qui stimule les 11 composants actifs déjà contenus.

Sa composition à base de **citrus aurantium** (synéphrine), de la **caféine**, de **thé vert** et de **théobromine hcl**, accélère considérablement le métabolisme et augmente ainsi la chaleur corporelle activant une combustion optimale de la graisse. La **L-tyrosine** augmente le niveau d'énergie, de concentration et améliore l'effet coupe-faim! Grâce au **gingembre**, le **poivre de Cayenne** et la **pipérine**, le corps transpire plus et brûle par conséquent plus de calories, ces mêmes substances aident le corps à se débarrasser des restes toxiques et à nettoyer les tissus! La **picolinate de chrome** réduit les envies sucrées, moins de sucre signifie moins de matières grasses et la **L-carnitine** est utilisée comme un moyen de transport des acides gras à longue chaîne à partir des réserves vers le gain d'énergie.

Le nouveau **Burning-Force V2** combine maintenant 13 ingrédients de haute qualité qui ont été adaptés les uns aux autres afin d'augmenter la chaleur du corps encore plus efficacement, le rendant idéal pour brûler la graisse, augmenter l'énergie et réduire le poids corporel. C'est un stimulant très fort et supprimeur d'appétit ainsi qu'un fournisseur d'énergie optimal. Il augmente énormément le métabolisme, la performance physique et le mental.

Burning-Force V2 est adapté à tous, athlètes et non athlètes pour brûler les graisses efficacement et réduire son poids avec succès. Il est également idéal pour les athlètes d'élite qui désirent un physique plus dur et plus sec.



J-M.B.[®] WATER-LOOS *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez 3x1 gélule par jour (avec un grand verre d'eau) tout au long de la journée, de préférence le matin au petit déjeuner ou avec un shake protéiné, à midi et le soir avant ou pendant les repas. Les athlètes de compétition peuvent augmenter la dose au besoin jusqu'à un maximum de 3x2 gélules par jour. (Il est important de boire minimum 2-3 litres d'eau par jour)

Dosage : Boîte de 90 capsules / poids Net(to) 55,62 g

J-M.B.[®] Water-loos de Power-Food's **J-M.B.[®]** est une composition spéciale de 3 extraits de plantes différentes telles que: **L'extrait de racine de pissenlit** (taraxum officinale) qui contient diverses substances amères qui favorisent principalement le système digestif et la purification du corps, elle a un effet positif au niveau de l'eau corporelle et en même temps un effet positif sur la peau sèche, qui contribue à son élasticité et favorise un teint sain et naturel. **L'extrait de thé vert** (camellia sinesis), il est riche en catéchines et contient une quantité adéquate de caféine, il favorise la thermogenèse en rendant le corps plus alerte pour brûler des calories, elle favorise sainement notre niveau d'eau corporelle et la perte de poids, **l'extrait de thé vert** (camellia sinesis) a également de nombreux effets positifs sur la santé et le bien-être. Sa combinaison avec **du phosphate de potassium** contribue à l'équilibre hydrique et électrolytique dans tout le corps et aussi à une fonction musculaire normale.

J-M.B.[®] Water-loos est idéal pour maintenir un niveau d'eau corporelle sain pour le corps et soutient la perte de poids. Water-loos peut être combiné avec un de nos deux produits, **J-M.B.[®] Fat-Killer V4** et **Burning-Force V2** pour tous les régimes, et très avantageux pour les athlètes en préparation aux compétitions.



CARNITINE-FORTE *luxury*



Carnitine-Forte de **Power-Food's J-M.B®** est composée d'acides aminés (**L-carnitine**) et d'un antioxydant qui joue un rôle important dans la combustion des graisses. Elle peut augmenter la perte de la graisse, pendant l'exercice ou l'activité sportive et lors d'un régime faible en hydrates de carbone, en dirigeant les acides gras à chaîne dans les mitochondries où ils sont utilisés comme source d'énergie. Ainsi **Carnitine-Forte** améliore les **performances** pour les sports d'endurance, améliore le système immunitaire et également la récupération musculaire pendant et après les entraînements intenses.

Carnitine-Forte est le complément parfait pour les cyclistes, les coureurs de marathon et de nombreux autres sports d'endurance, mais aussi pour les végétariens et les personnes ayant des carences protéiques.

Mode d'emploi :

Prenez les jours d'entraînement, 2 capsules le matin et 2 capsules 30 minutes avant l'entraînement. Les jours de repos, prendre uniquement 2 capsules le matin.



Dosage : Boîte de 90 capsules de 750 mg

Numéro NUT : AS 1626/16



CLA-FORTE *luxury*



CLA-Forte de **Power-Food's J-M.B®** a essentiellement une fonction d'utilisation à long terme. Il n'améliore pas le métabolisme, mais il prévient la capacité du corps à stocker la graisse. **CLA-Forte** est un complément idéal pour accompagner une diète.

CLA-Forte réduit entre autres le taux de cholestérol, ce qui a un effet positif sur le système cardiovasculaire et donc sur la santé et le bien-être. Il réduit également le risque de certains cancers.

L'acide linoléique conjugué de **CLA-Forte** permet lors d'une utilisation régulière (combiné avec un régime faible en glucides) de réduire les graisses, et même d'augmenter la masse musculaire lors d'un entraînement ciblé.

CLA-Forte de **Power-Food's J-M.B®** est le plus efficace des suppléments du marché lors d'une prise à long terme d'au moins 12 semaines et plus.

Mode d'emploi :

Prendre 1-2 capsules, 3 fois par jour avec les repas.



Dosage : Boîte de 90 capsules de 1000 mg

Numéro NUT : PL 1626/26



POWER ISO-WHEY *luxury*



Mode d'emploi :

Mélangez plusieurs fois par jour 1 dose (environ 30 g) avec 200-250 ml de préférence à l'eau, (ou de lait écrémé ou jus de fruits). Pour exemple : durant les jours d'entraînement, à consommer le matin avec le petit-déjeuner ou comme encas, et de préférence 60 minutes avant et immédiatement après les séances d'entraînement. Aux jours de repos : 2-3 fois par jour entre les repas.

Dosage : Boîte de 750 g, 1 kg sachet et boîte de 2 kg

Parfums : Banane, Cappuccino, Chocolat, Chocolat-Cookies, Cookies-Cream, Citron, Fraise-Vanille, French Vanille, Framboise, Neutre (sans sucre), Pistache (Toutes nos saveurs sont sans colorant)

Numéro NUT : NUT_AS 1626/4

Valeurs nutritionnelles par 100 g :
(Parfum French Vanille)

Énergie : 366 kcal / 1531,34 kJ
Glucides : 0 g
Protéines : 91 g (neutre : 94 g)
Lipides : 0 g

Power Iso-Whey (protéine de lactosérum ionique) est le nec plus ultra dans sa catégorie et **celle-ci se distingue par sa qualité inégalable**. Aucun autre produit de sources similaires n'est comparable en termes de qualité et de facilité d'utilisation. La **protéine de lactosérum ionique Power Iso-Whey** contient la plus forte valeur d'acides aminés liés qui sont destinés à la construction et au maintien musculaire. Notre supplément de protéines de lactosérum est ionisé iso micro-filtrée, il a donc subi un échange d'ions important. Cette opération spécifique permet d'éliminer tout le lactose (100 % sans lactose) et ne contient donc aucun glucide.

Power Iso-Whey atteint le plus haut taux en BCAA et en glutamine (un facteur positif dans le renforcement musculaire, l'endurance, la réduction de la perte musculaire et du renforcement du système immunitaire), des valeurs idéales avec plus de 6,8 g BCAA, et plus de 5,4 g de glutamine est contenue par Shaker de 30 g. **Power Iso-Whey** contient également toutes les vitamines et minéraux nécessaires.

Dans les études où la **Power Iso-Whey de Power-Food's J-M.B®** fut comparé à d'autres sources de protéines, il a été constaté que cette protéine de lactosérum contenait une combinaison complète d'acides aminés, et qui grâce à elle permettait une solvabilité dans l'eau de 100 %, qui réalise un résultat optimal dans le corps. Comme un pré-curseur direct de la construction musculaire, la haute qualité du contenu de **Power Iso-Whey** aide les muscles à récupérer et à se développer plus rapidement en augmentant ainsi la teneur en protéines et en acides aminés.

Pour ceux qui suivent un régime alimentaire mais qui désirent préserver leur masse musculaire tout en perdant de la graisse, la protéine de lactosérum sera un excellent atout pour votre objectif à atteindre. Il faut savoir qu'un bon apport en protéines est semblable à la teneur en glucose qui se situe dans le sang. Ainsi, si votre teneur en glucose est équilibrée, l'appétit disparaît, l'énergie augmente et on atteint une réduction ciblée de la graisse. Notre **Power Iso-Whey** est recommandé par de grands médecins et des athlètes de renommés internationales !



*(Neutre)

POWER MASS V2 *luxury*



Mode d'emploi :

Mélangez plusieurs fois par jour, 2 dosettes bien remplies (environ 100 g) avec 300 ml de lait épeautre-lait de riz- lait écrémé- jus de fruits ou d'eau. Pour exemple : Durant les jours d'entraînement, à consommer le matin en collation ou comme petit-déjeuner puis environ 90 minutes avant et immédiatement après la séance d'entraînement. Durant les jours de repos ainsi que pour les non-athlètes : à consommer le matin en collation ou comme petit-déjeuner, le midi comme encas et le soir avant d'aller se coucher.

Power Mass V2 de **Power-Food's J-M.B®** est un supplément nutritionnel contenant des maltodextrines de haute qualité et une protéine de lactosérum iso-micro-filtrée à 100 %. Afin de prévenir au mieux la perte de masse musculaire, celle-ci a été raffinée avec un ajout de 4,4 g de **L-glutamine** et de 5 g de **BCAA** par portion.

Le système immunitaire est alors renforcé, favorisant une meilleure croissance musculaire, un **gain de poids** et une **accélération de la récupération** pendant et après l'exercice physique. **Power Mass V2** contient un mélange de maltodextrine, de protéines de lactosérum iso-micro-filtrée à 100 %, un minimum de fructose, de MCTs huile, sans oublier un savant mélange de minéraux de haute qualité et de multiples vitamines.

Un complément idéal pour tous les athlètes d'endurance et de force qui aspirent à plus de puissance et d'énergie. Il est parfait également pour les personnes qui désirent augmenter leur poids corporel et leur masse musculaire. (Aussi les non sportifs peuvent profiter de ce complément pour prendre du poids et de l'énergie corporelle)



Dosage : Boîte de 1,5 kg, 3 kg et 5 kg

Parfums : Banane, Chocolat, Chocolat-Cookies, Fraise, French-Vanille (Toutes nos saveurs sont sans colorant)

Numéro NUT : NUT_AS 1626/3

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

(Parfum French Vanille)

Énergie : 369,88 kcal / 1547,57 kJ

Glucides : 65,7 g

Protéines : 27 g

Lipides : 2,12 g (de ceci 2 g MCT Huile)

POWER SPECIAL-PRO 90 *luxury*



Power-Food's J-M.B® a créé une nouveauté d'exception, le **Power Special-Pro 90**, un mélange spécial de caséine micellaire (80 %) et de pures protéines de lactosérum iso-micro filtrés (20 %), contenant une énorme quantité de **BCAA** et de **L-glutamine**. **Power Special-Pro 90** a été complété avec des vitamines et des minéraux qui font de cette addition un Shaker idéal avec des valeurs nutritionnelles très élevées. Ces deux protéines ont subi un échange d'ions important et relèvent de la plus haute qualité. Elles sont alors absorbées par le corps de manière différente; cette procédure spéciale permet à notre organisme une disponibilité plus longue des acides aminés et ce jusqu'à 7 heures de présence ininterrompue.

Cela fait de **Power Special-Pro 90** une protéine de longue durée, idéale pour être utilisée comme complément alimentaire ou pour accompagner un régime. Elle sera également idéale comme protéine de nuit avant d'aller se coucher. Grâce à sa digestibilité unique et à sa grande compatibilité, elle détient un montant élevé de **BCAA** et de **L-glutamine**, cette composition de protéines de qualité est très utile pour l'ensemble des utilisateurs, que ce soit pour des athlètes confirmés ou pour les non-sportifs. A utiliser pour accompagner différents régimes, pour l'entretien et le renforcement musculaire durant un entraînement spécifique, ou pour un meilleur rétablissement musculaire avant et après les entraînements intenses. **Power Special-Pro 90** de **Power-Food's J-M.B®** est recommandé par de nombreux médecins.

Mode d'emploi :

Mélangez plusieurs fois par jour 1 dose (environ 30 g) avec 300 ml d'eau ou de lait écrémé et boire celle-ci 2-3 fois par jour. Elle peut accompagner un régime ou remplacer un repas (Matin, midi ou soir). Les jours de sport, à consommer de préférence le matin en complément de repas ou en tant que petit déjeuner unique, puis 60 minutes avant et immédiatement après l'entraînement. Les jours de repos, à consommer le matin et l'après-midi en guise de collation et idéalement le soir avant le coucher.



Dosage : Boîte de 750 g, recharges de 1 kg et boîte de 3 kg

Parfums : Banane, Cappuccino, Chocolat, Chocolat-Cookies, Cookies-Cream, Fraise, French Vanille (Toutes nos saveurs sont sans colorant)

Numéro NUT : NUT_AS 1626/1

Valeurs nutritionnelles par 100 g :
(Parfum French Vanille)

Énergie : 370 kcal / 1567 kJ | Glucides : 0,44 g | Protéines : 90,35 g | Lipides : 0,69 g

J-M.B.[®] PANCAKES V2 *luxury*



J-M.B.[®]s Crêpes protéinées représentent notre toute nouvelle formule, encore plus raffinée et améliorée, offrant la possibilité de confectionner des crêpes, gaufres ou même des gâteaux avec une teneur en protéines exceptionnellement élevée, dépassant les 50 % par portion de **100 g**.

Ce produit résulte d'un savant mélange naturel des meilleures protéines, telles que la protéine de lactosérum de petit-lait, l'ovalbumine et la caséine de haute qualité, combinées à seulement **29 g de glucides complexes pour 100 g** de notre **farine d'avoine hydrolysée**, et une faible quantité de graisses.

Les **J-M.B.[®] Pancakes V2** se présentent comme des compléments alimentaires de qualité supérieure, à faible teneur en glucides, vous permettant de savourer des plaisirs sucrés sans culpabilité. Même dans le cadre d'un régime, ils peuvent être dégustés comme un délicieux encas sucré.

Adaptés à tous, que vous soyez sportif ou non, que ce soit au travail ou à la maison, ces pancakes peuvent être dégustés entre les repas ou en tant que petit-déjeuner, y compris par les enfants. Associés à des fruits frais, du fromage maigre ou du beurre de cacahuètes, ce mélange se révèle être un repas à la fois délicieux et sain. **Les crêpes J-M.B.[®]** sont également très faciles et rapides à préparer.

Notre recommandation : Mélangez les **J-M.B.[®] Pancakes V2** avec du lait d'épeautre pour obtenir une pâte, puis faites cuire dans un gaufrier (en évitant la surchauffe). Les gaufres sont particulièrement délectables avec de la compote de pommes, de la pâte d'amande ou de la pâte d'arachide.

Mode d'emploi :

Prélevez **3 dosettes** bien remplies, soit environ **100 g** (nous recommandons de peser la poudre pour garantir les 100 g) de **J-M.B.[®] Pancakes V2** et mélangez-les avec **250 ml de liquide**, que ce soit de l'eau froide, du lait écrémé, du lait d'épeautre, du lait d'amande, du lait de riz ou du lait d'avoine, dans un bol. Laissez reposer la pâte pendant 5 minutes, puis remuez de nouveau.

Pour obtenir des crêpes plus fines, ajoutez un peu d'eau si nécessaire. Une consistance plus épaisse convient mieux pour les **J-M.B.[®] Pancakes** et des **gaufres J-M.B.[®]** parfaites. Faites cuire avec un peu d'huile d'olive dans une poêle bien chaude ou dans un gaufrier.

C'est prêt ! (Une portion de 100 g donne environ 5 délicieuses crêpes.)

Dosage : Boîte de 900 g

Parfum : Neutre



Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 361,72 kcal / 1520,41 kJ
 Glucides : 29,74 g
 - dont sucre : 2,09 g
 Protéines : 50,72 g
 Lipides : 5,80 g
 - dont saturé : 1,28 g
 Fibre : 3,71 g
 Sel : 2,32 g

J-M.B[®] OAT-POWDER *luxury*



Mode d'emploi :

Mélanger la portion désirée avec votre shake de protéines ou avec d'autres plats. Idéal pour le petit déjeuner ou comme casse-croûte pour tous, athlètes ou non-athlètes, hommes ou femmes et enfants.

Dosage : Boîte avec 1 kg et 5 kg

Parfum : Neutre

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 367 kcal / 1543 kJ

Glucides : 65,2 g

Protéines : 12,1 g

Lipides : 8,4 g

- dont saturé : 1,3 g

Fibre : 9,1 g

J-M.B[®] Oat-Powder de **Power-Food's J-M.B[®]** est une farine d'avoine hydrolysée précieuse, faite de céréales locales. L'avoine est broyée et rempli après la culture. La **protéine** de l'avoine est particulièrement élevée, car il contient les **8 acides aminés** les plus importants. Comme le corps humain n'est pas dans la mesure de produire ceux-ci, ils doivent être fournis par l'alimentation.

La farine d'avoine contient environ **5 %** de matière grasse végétale, qui est composé d'environ **70 % d'acides gras insaturés**, qui sont essentielles pour nous. Ces acides gras reprennent de nombreuses fonctions dans les cellules du corps. La **fibre** occupe une part d'environ **10 %** et favorise la **digestion** de façon naturelle. Le mucilage contenu fournit une particulièrement bonne digestibilité de l'avoine.

J-M.B[®] Oat-Powder a un effet abaissant du taux de cholestérol et des lipides sanguins grâce à sa fibre. En outre, l'avoine est une bonne source pour de nombreux minéraux et vitamines. Avec une portion de **J-M.B[®] Oat-Powder** un quart de l'apport quotidien **d'acide folique** et de la **thiamine** (vitamine B1) est déjà couvert. **L'acide folique** est surtout important pour le **métabolisme des protéines et des graisses**. Le corps utilise la **thiamine** pour le métabolisme des glucides et pour la fonction du système nerveux. La **vitamine E**, contenu dans l'avoine, est un antioxydant. **J-M.B[®] Oat-Powder** contient encore d'autres minéraux importants, tels que **le fer, le phosphore et le manganèse**.

J-M.B[®] Oat-Powder aide le métabolisme de glucose dans le diabète mellitus (hyperglycémie), aide contre la dent sucrée, aide à lutter contre l'obésité et dans la perte de poids dans des régimes personnalisés. L'avoine est instantanément soluble et facile à digérer. Il peut être préparé de façon optimale sans grumeaux avec chacune de nos protéines (voir catalogue), ainsi qu'yaourt, fromage blanc, compote de pommes et de nombreux autres plats.



POWER RECOVERY *luxury*



Mode d'emploi :

Mélangez 100 g de poudre = 2 dosettes bien remplies, avec 400 ml d'eau directement après l'entraînement. Les athlètes qui pèsent plus de 100 kg, devraient prendre 3-4 dosettes avec 450-500 ml d'eau.

(De préférence seulement les jours de sport.)

Dosage : Boîte de 900 g et 2,5 kg

Parfums : Chocolat, French Vanille-Cookies (Toutes nos saveurs sont sans colorant)

Numéro NUT : NUT_AS 1626/2

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

(Parfum French Vanille-Cookies)

Énergie : 344,20 kcal / 1440,13 kJ
 Glucides : 48,6 g
 Protéines : 42 g
 Lipides : 0 g

Avec **Power Recovery** vous disposerez d'un véritable produit de qualité étudié par l'écurie **Power-Food's J-M.B®**. **Power-Food's J-M.B®** avait élaboré cette formule toute spéciale pour ses besoins personnels, aujourd'hui ce produit est considéré comme le meilleur Post-Work Shake au monde.

Il se distingue par sa qualité et les sélections des meilleurs éléments nutritifs, sans oublier la composition d'une protéine de lactosérum iso micro-filtrée à 100 % et un amidon de maïs à taux de molécules très élevé, tel que le maïs cireux (un glucide complexe de très longue durée qui a été spécialement développé pour permettre au corps d'atteindre rapidement un état anabolisant et lui fournir efficacement de l'énergie). L'ajout de **Crea-Mono**, de **bêta-alanine**, de **BCAA**, de **L-glutamine** et de tous les **acides aminés essentiels**, font de **Power Recovery** une référence absolue et un must pour tous les athlètes. Que vous fassiez du sport d'endurance, des arts martiaux ou que vous soyez athlètes de force, ne vous en souciez pas, car l'effet est adapté à chaque sport et à sa pratique, le corps dispose d'une récupération plus rapide et le renforcement musculaire est ainsi amélioré (à l'aide d'un entraînement spécifique). **Power Recovery** offre des avantages significatifs tels que son passage rapide dans l'estomac, il provoque l'accélération de l'afflux des hydrates de carbone dans la circulation sanguine. Une augmentation des niveaux de sucre dans le sang et il stimule la production d'insuline qui permet aux muscles une absorption rapide de la protéine de lactosérum et des **acides aminés** supplémentaires. Mais aussi de la **Crea-Mono**, de la **bêta-alanine**, des **BCAA** et de la **L-glutamine**. Le taux élevé d'insuline directement après l'entraînement peut faire chuter les niveaux de l'hormone du stress (cortisol), et permet une création de l'environnement hormonal souhaité pour une meilleure croissance et une meilleure récupération. **Power Recovery** est optimal pour tous les sportifs, qui après de longues et intenses séances d'entraînement veulent améliorer la récupération et la régénération (les douleurs musculaires et les courbatures sont ainsi réduites).



J-M.B.[®] MEAL REPLACE *luxury*



Mode d'emploi :

Mélangez le contenu d'un sachet de 85 g ou 2 dosettes = 85 g avec 300 ml d'eau (de préférence) ou de lait écrémé dans un Shaker et buvez le comme complément de repas ou comme collation. Les jours de sport, elle sera idéale avant et après l'entraînement.

Dosage : 1 sachet de 85 g, seau de 30x 85 g sachets, boîte de 1 kg et 2,5 kg

Parfums : Chocolat, Vanille
(Toutes nos saveurs sont sans colorant)

Numéro NUT : NUT_PL_AS 1626/21

Valeurs nutritionnelles par 85 g :

(Parfum Vanille)

Énergie : 302,75 kcal / 1274,43 kJ
Glucides : 25,81 g
Protéines : 40,32 g
Lipides : 5,08 g (dont 3 g d'huile MCT)
- dont saturé : 0,63 g
Fibre : 5,99 g
Sodium : 0,38 g

J-M.B.[®] Meal Replace a été composé spécialement par **Power-Food's J-M.B.[®]** de sorte qu'il soit bénéfique non seulement pour les athlètes, mais aussi pour toutes personnes qui pour des raisons professionnelles, n'ont pas toujours le temps de prendre un repas complet. Que ce soit en tant que petit-déjeuner, déjeuner, dîner ou une collation occasionnelle. **J-M.B.[®] Meal Replace** est une combinaison des sources de protéines de la meilleure qualité qu'il soit, il comporte des glucides faibles, des **vitamines complexes**, des minéraux, des fibres comme **d'inuline** et un ajout **d'huile MCT**. Il y a un mélange de trois types de protéines (rapide et longue durée), condensées avec la **caséine micellaire iso microfiltrée**, une protéine **d'isolat de lactosérum iso-micro filtrée** à 100 %, sans oublier une pure protéine 100 % **d'ovalbumine**, qui sont absorbées par le corps de diverses manières (utilisation optimale de celles-ci par l'organisme), et contiennent de ce fait une grande proportion d'acides aminés. En collaboration avec les glucides complexes comme **l'amidon d'avoine hydrolysée** et le **fécule de maïs (HMK)** qui contiennent un poids moléculaire très élevé, l'ajout **d'inuline** (fibres pour favoriser la digestion saine et permet d'avoir un effet positif sur la flore intestinale en renforçant ses propres défenses. A longue durée elle permet un effet de saturation important) Avec **l'huile MCT** (c'est un approvisionnement en énergie et une protection contre la dégradation des protéines, l'amélioration du recouvrement et une importante thermogénèse) **J-M.B.[®] Meal Replace** devient un supplément délicieux en repas avec de précieux éléments nutritifs qui peuvent être utilisés pour aider tous les régimes, mais également en guise de collation. Idéalement emballé en portions individuelles, vous pouvez préparer chaque repas individuellement ce qui vous permettra un transport facile partout où vous vous rendez, que ce soit au travail, au sport, en voyages ou tout simplement à la maison. Nouveau dès maintenant aussi en boîte de 1 kg et 2,5 kg !

J-M.B.[®] Meal Replace est un must pour tous ceux qui cherchent une alimentation saine et une remise en forme importante. Elle sera également idéale pour tous les athlètes qui désirent une bonne récupération et un excellent renforcement musculaire (avec des séances d'entraînement ciblées) avant et après le sport ou une quelconque activité physique.



J-M.B.[®] PROTEIN-BAR *luxury*



Avec le **J-M.B.[®] Protein-Bar** de **Power-Food's J-M.B.[®]**, vous avez un délicieux complément de protéines à consommer entre les repas. Avec 30 % de protéines de qualité et très peu de graisses, elles restent une bonne alternative aux barres chocolatées et autres aliments gras. Dans la vie quotidienne, il est souvent problématique de manger suffisamment de protéines qui permettront de profiter pleinement d'une belle poussée d'énergie ou d'un bien-être durant le travail ou l'entraînement. Qui peut toujours avoir envie de cuisiner de manière à répondre aux besoins de votre sport ? Avec le **J-M.B.[®] Protein-Bar** contenant **30 % de protéines**, vous offrez tout simplement à votre corps, votre quotidien ou votre entraînement une portion supplémentaire de protéines. Parfait pour tous, que ce soit comme délicieux encas, un substitut de repas ou simplement pour grignoter quelque chose de sucré sans culpabiliser.



Mode d'emploi :

Mangez 2 barres par jour comme collation ou comme substitut de repas. Pour sportifs, également idéal avant et après l'entraînement

Dosage : 1 barre de 50 g, boîte de 24 barres

Parfums : Amande, Banane, Chocolat, Fruits des bois, Noisette, Noix de coco

Valeurs nutritionnelles par 50 g (1 barre) :

Énergie : 206 kcal / 864 kJ | Glucides : 16,5 g | Protéines : 15,5 g | Lipides : 8,5 g



POWER VEGAN-PRO 90 *luxury*



Mode d'emploi :

Mélangez plusieurs fois par jour 1 cuillère à mesurer (environ 30 g) avec 300 ml d'eau ou de lait végétal, par exemple : lait de riz, lait d'avoine, lait d'épeautre, lait d'amande avec votre shaker, et buvez celle-ci 2 à 3 fois par jour comme complément alimentaire. Elle est idéale pour les régimes ou en remplacement d'un repas quotidien (matin, midi ou soir). Les jours de sport, de préférence, le matin ou comme petit-déjeuner, 60 minutes avant et tout juste après l'entraînement. Les jours de repos, le matin et l'après-midi comme collation et même le soir avant le coucher.

Dosage : Boîte de 750 g et 1 kg sachet

Parfums : Chocolat, French vanille
(Toutes nos saveurs sont sans colorant)

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

(Parfum French Vanille)

Énergie : 388,45 kcal / 1641,43 kJ

Glucides : 7,51g

- dont sucre : 0,2 g

Protéines : 82,03 g

Lipides : 5,07 g

- dont saturé : 1,91 g

Notre nouveau **Power Vegan-Pro 90** de **Power-Food's J-M.B[®]** se compose désormais de **80 % d'isolat de protéine de riz** et de **10,76 % d'isolat de protéine de pois**. Il s'agit d'une **protéine végétale pure à deux composants**, avec une teneur très élevée en protéines et en acides aminés. L'ajout de **5 % de L-glutamine** améliore encore davantage sa qualité et ses avantages nutritionnels. Contrairement à la plupart des poudres de protéines végétales, notre nouveau **Power Vegan-Pro 90** offre également un **goût encore plus agréable et savoureux**.

Power Vegan-Pro 90 possède une **teneur en protéines très élevée, proche de 90 %**, et favorise la **construction musculaire** ainsi que le **maintien de la masse musculaire** pendant un **régime hypocalorique**. Grâce à sa **solubilité dans l'eau**, vous pouvez économiser des calories supplémentaires tout en conservant un bon goût. Notre Power Vegan-Pro 90 a une **texture légèrement crémeuse et un goût délicieux**. Il peut être consommé en shake avec de l'eau, mais aussi avec différentes **boissons végétales** comme le **lait de riz, d'avoine ou d'épeautre**. De plus, il se distingue par sa **faible teneur en sucre et en matières grasses**.

Comme les **isolats de protéines de riz et de pois se complètent idéalement dans leur profil en acides aminés**, notre Power Vegan-Pro 90 atteint une **valeur biologique optimale** et se caractérise également par son **caractère hypoallergénique**. Ainsi, notre mélange de protéines de riz et de pois est **idéal non seulement pour les véganes**, mais aussi pour **les personnes et les athlètes souffrant d'intolérances alimentaires** (soja, lactose, etc.).

Notre mélange **Power Vegan-Pro 90 d'isolats de protéines de riz et de pois** convient à tout le monde et **s'intègre parfaitement dans n'importe quel régime alimentaire en tant que complément** :

- pour les personnes non sportives souhaitant compléter leurs besoins quotidiens en protéines,
- pendant un régime ou en cas d'alimentation pauvre en protéines,
- pour les sportifs avant et après l'entraînement sous forme de shake afin de soutenir et d'augmenter la synthèse des protéines pour la croissance musculaire,
- ou simplement comme **collation riche en protéines** pour compléter l'apport quotidien.

Grâce aux nombreux **ingrédients bénéfiques** qu'il contient, notre protéine végétale constitue une excellente base pour une alimentation saine. Ainsi, **Power Vegan-Pro 90 de Power-Food's J-M.B[®]** ne convient pas seulement aux véganes, mais aussi à **toutes les personnes soucieuses de leur santé**.



XTREME NITRO-STAK *luxury*



Mode d'emploi :

Les jours d'entraînement, mélanger 4 petites dosettes (environ 10 g) avec 250 ml d'eau dans la matinée et boire avec l'estomac vide et 4 petites dosettes environ 30 minutes avant l'entraînement. Les jours de repos, mélanger 4 petites dosettes avec 250 ml d'eau dans la matinée avec l'estomac vide, et ou dans la journée au besoin !

Xtreme Nitro-Stak est une excellente formule d'oxyde d'azote accrue (NO). Cette formule de **Power-Food's J-M.B®** aide la circulation sanguine vers les muscles entraînés et permet la fourniture de nutriments nécessaires pour les hormones et l'oxygène est amélioré. Grâce à une combinaison parfaite d'**arginine céto-glutarate** (3 g), d'**ornithine alpha céto-glutarate** (1 g), de **taurine**, de **guarana** (Caféine 20 %), de **vitamine C** et de **L-citrulline hcl**, une meilleure alimentation en oxygène est obtenue, vous promettant des séances d'entraînement plus intenses et plus agressives avec plus de puissance, ce que beaucoup de nos athlètes d'endurance et d'arts martiaux utilisent à des fins bénéfiques. Toutefois, pour les athlètes de force et les culturistes, l'efficacité de **Xtreme Nitro-Stak** permettra également d'accroître l'effet Pump (circulation sanguine) et d'augmenter la force et donc d'intensifier les séances d'entraînement. Excellent également pour les femmes-fitness et pour les coups de fatigue journalier !

Avec **Xtreme Nitro-Stak**, **Power-Food's J-M.B®** dispose de l'une des meilleures formules celle-ci ayant été développée dans un domaine précis de recherche. Les résultats immédiats sont la preuve indiscutable de cet excellent produit. (Peut être combiné parfaitement avec notre **Xtreme Crea-Stak** ou **Power Tri-CreaKick**.)



Dosage : Boîte de 300 g

Parfums : Cerise (sans colorant), Citron (sans colorant), Ice Tea Pêche (sans colorant), Orange, Tropical

Numéro NUT : NUT_PL_AS 1626/13

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 363,48 kcal / 1499,4 kJ | Glucides : 10,9 g | Protéines : 80 g | Lipides : 0 g

XPLOSIV NITRO-PUMP V2 *luxury*



Mode d'emploi :

Mélangez 1 dosette (environ 35 g) avec 300 ml d'eau et boire ceci environ 15-30 minutes avant l'entraînement

Dosage : Boîte de 600 g

Parfums : Cerise (sans colorant), Citron (sans colorant), Orange

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 272,85 kcal / 1148,76 kJ
 Glucides : 11,79 g
 - dont sucre : 9,28 g
 Protéines : 52,14 g
 Lipides : 0,94 g



Xplosiv Nitro-Pump V2 n'est pas seulement une nouvelle nomination, mais cette nouvelle formule spécifique de **Power-Food's J-M.B®** dépasse tous les produits offerts sur le marché des suppléments. Elle offre de nombreux avantages aux athlètes qui s'entraînent durement. Ceux qui veulent faire des séances d'entraînement encore plus brutales et qui recherchent un effet **Pump Xplosiv**, ont maintenant avec **Xplosiv Nitro-Pump V2** la parfaite boisson pre-workout (avant l'entraînement). Cette composition particulière contient tous les ingrédients nécessaires : **arginine alpha-cétoglutarate** et l'**ornithine hcl** dans un rapport de 1:1 favorisant une circulation sanguine optimale et un apport d'oxygène important (permet un sérieux effet de pump), **les peptides de protéines** supplémentaires sont utilisés pour l'accélération de la récupération et la croissance musculaire, la **créatine phosphate de sodium** et la **béta-alanine** fournissent un énorme accroissement de la force, mais aussi, de la **taurine**, de la **tyrosine** et de la **citrulline hcl**. En mêlant la caféine à ce savant mélange, elle augmente immédiatement la performance énergétique et la concentration. Les forts antioxydants, comme l'acide **alpha-lipoïque**, la **vitamine C** et la **vitamine B6** sont utilisés pour le renforcement du système immunitaire.

Avec **Xplosiv Nitro-Pump V2** de **Power-Food's J-M.B®** la puissance et l'endurance se font déjà sentir dès les premières prises. Avec une consommation régulière, elle vous garantit de meilleurs résultats dans la construction musculaire et dans l'accroissement de la force.



XTREME CREA-STAK *luxury*



Mode d'emploi :

Les jours d'entraînement, mélangez 1 dosette (environ 50 g) avec 300 ml d'eau et boire environ 30 minutes avant l'entraînement, puis à nouveau 1 dosette avec 300 ml d'eau immédiatement après l'entraînement. Les jours de repos, mélangez 1 dosette avec 300 ml d'eau et boire le matin, juste après le réveil avec l'estomac vide. (Idéal en complément avec notre **Xplosif Nitro-Pump**.)

Dosage : Boîte de 1,5 kg

Parfums : Cerise (sans colorant), Citron (sans colorant), Framboise (sans colorant), Orange

Numéro NUT : NUT_AS 1626/17

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 348 kcal / 1456 kJ
Glucides : 57 g
Protéines : 30 g
Lipides : 0 g

Xtreme Crea-Stak est une formule unique développée par **Power-Food's J-M.B[®]** qui contient, entre autres choses, la **Créatine Ethyl Ester HCl** (ester éthylique de créatine) celle-ci provient d'**Amérique** avec en sus l'ajout de **BCAA**, de **L-glutamine** et d'**acide alpha-lipoïque** de haute qualité. Le fait de combiner ces substances puissantes, fait de **Xtreme Crea-Stak** l'un des plus grands produits de tous les temps ! Cette formule améliore immédiatement la croissance musculaire, la force, l'endurance et la récupération musculaire. Elle favorise la croissance musculaire lors d'un entraînement ciblé. Elle n'est pas comme les substances habituelles de créatine, **Xtreme Crea-Stak** ne provoque aucune rétention d'eau et donc pas de gain de poids indésirable ce qui a un grand avantage pour les athlètes d'endurance. Pour cette raison, **Xtreme Crea-Stak** convient à chaque athlète : l'athlète de force, bodybuilder, le pratiquant d'arts martiaux ou un athlète d'endurance. L'avantage de cette composition se fait sentir sans attendre, elle augmente fortement la force et l'énergie à l'extrême.

Xtreme Crea-Stak contient 10 g de **BCAA** par dose, plusieurs études scientifiques ont montré que les **BCAA** n'obtiennent des résultats optimaux qu'avec ce dosage. Ces niveaux élevés de **BCAA** améliorent la récupération musculaire et stimulent l'apport d'énergie et de force. L'ingrédient supplémentaire de **Xtreme Crea-Stak** est connu depuis de nombreuses années, la **L-glutamine**, un très fort produit anti-catabolique, qui empêche la destruction du muscle durant des efforts sérieux et contribue également à la protection des muscles pendant les périodes actives et inactives. La **L-glutamine** a également une influence positive sur le système immunitaire, ce qui signifie qu'elle vous protège contre les maladies bénignes comme le rhume, ce qui bien sûr est également avantageux afin d'augmenter vos performances. Afin de rendre **Xtreme Crea-Stak** encore plus efficace, nous avons augmenté la proportion d'**acide alpha-lipoïque**, un antioxydant puissant, ce qui améliore également l'absorption des ingrédients vu ci-dessus afin d'atteindre des résultats supérieurs. **Xtreme Crea-Stak** est un complément tout à fait unique et efficace, il est devenu après de longues années d'expérience auprès de nos clients et des athlètes l'un des meilleurs produits dans notre gamme.



POWER CREA-MONO *luxury*



Power Crea-Mono de **Power-Food's J-M.B®** améliore la puissance, l'endurance et la performance des athlètes au cours de leur séance d'entraînement d'environ 10-30 %, même pour les sportifs de pointe. De plus, **Power Crea-Mono** réduit la fatigue qui apparaît lors de l'entraînement afin que les répétitions soient augmentées, en particulier pour les sports de puissance et de vitesse. Grâce à l'augmentation du volume cellulaire, il est possible de constater avec **Power Crea-Mono** une croissance musculaire de deux kilos en une semaine. En fait, la créatine provoque une teneur en eau à haute concentration dans les cellules musculaires, augmentant ainsi leur volume et l'échange d'acides aminés dans les tissus musculaires s'en retrouvent intensifié, ce qui augmente la croissance musculaire, la puissance et la force. Cela provoque une baisse du catabolisme et reste idéal pour améliorer la performance à tous les niveaux, en particulier pour les sports de vitesse et de puissance.

L'utilisation de **Power Crea-Mono** de **Power-Food's J-M.B®** peut démontrer les résultats suivants : une augmentation de la masse musculaire et de la force, une récupération plus rapide de l'ATP, une élimination plus rapide de l'acide lactique, une baisse de la consommation de l'acide aminé L-glutamine, conduisant à une préservation de la masse musculaire et donc de la performance mais aussi l'énergie et une augmentation de la récupération.

Dosage : Boîte de 500 g

Parfum : Neutre

Numéro NUT : AS 1626/12



Mode d 'emploi :

Les jours d'entraînement, le matin, prenez 5 g l'estomac vide et 5 g immédiatement après l'entraînement. Les jours de repos, le matin, prenez 5 g l'estomac vide et 5 g au moment du coucher avec 250 ml de jus de fruits ou avec 250 ml d'eau mélangée avec 1 dosette de la **Power Maltodextro** ou 1 dosette de la **Power Waxy-Maize** (voir catalogue).

Les athlètes de puissance et les bodybuilders doivent inclure une période de « charge » de 5 jours. Durant les 5 premiers jours, vous devez consommer 5 g de **Power Crea-Mono** jusqu'à 4 fois par jour (total 20 grammes par journée). Exemple : les jours d'entraînement, le matin avec l'estomac vide 5 g, puis 5 g avant et après l'entraînement, puis 5 g une heure avant le coucher. Les 5 jours suivant cette période de charge, il suffit de suivre l'application normale. Cette cure doit avoir une durée maximum de 10 semaines et se limiter à 3-4 cycles par an. **Power Crea-Mono** devrait être pris avec de la **Power Maltodextro** ou un jus de fruits pour des résultats optimaux.

Attention : Ne prenez pas de boissons avec de la caféine simultanément avec **Power Crea-Mono**.

CREA-FORCE X4 *luxury*



Mode d'emploi :

Les jours d'entraînement prenez 3 gélules avec un verre d'eau ou avec un jus de fruits le matin, immédiatement après se lever sur un estomac vide et 3 gélules environ 30 minutes avant l'entraînement. Les jours de repos, prenez 3 gélules le matin sur un estomac vide et l'après-midi, ou le soir avant le coucher, 3 gélules avec un verre d'eau ou avec un jus de fruits.

Les athlètes et les culturistes prennent les jours d'entraînement 5 gélules avant et 5 gélules immédiatement après l'exercice. Les jours de repos 5 gélules le matin sur un estomac vide et 5 gélules le soir au coucher avec un verre d'eau ou avec un jus de fruits.

Dosage : Boîte de 180 capsules / poids Net(to) 135,36 g

Crea Force X4 est une formule unique de **Power-Food's J-M.B®** sous forme de comprimés. Ce fort accélérateur d'énergie et de puissance se compose de **4 créatines de haute qualité**, y compris **l'ester éthylique de créatine (CEE)** qui provient de l'Amérique, **créatine gluconate**, **créatine phosphate (CP)** et **malate di-créatine**.

La **créatine de l'ester d'éthyle** est une formule spéciale de **créatine** qui peut être combiné de façon optimale avec d'autres créatines, ce qui augmente encore plus l'efficacité de notre nouvelle formule. A cet effet, il n'y a pas de neutralisation dans le métabolisme et une absorption complète dans le corps est garantie même avec la consommation d'eau.

La seconde variable est le **gluconate de créatine**, qui se compose d'une molécule de créatine et d'une molécule de glucose, ce qui fait de lui un système de transport idéal qui mène à une absorption améliorée de la créatine et qui favorise la **production d'ATP** dans le muscle ainsi.

Comme troisième variable, nous avons ajouté la **créatine phosphate**, qui dispose d'un composé organique qui développe ainsi une source d'énergie rapide et provoque un **regain d'énergie** et une **contraction musculaire** plus rapide.

La dernière variable, le **malate de di-créatine** est un sel de créatine très soluble ayant une composition spécifique, qui est relié à une molécule d'acide malique. Cette composition possède des propriétés bénéfiques étant donné que le composé est dissous par l'acide gastrique, libérant ainsi la **créatine** pure qui peut donc être complètement absorbée par le muscle.

Notre combinaison de ces **4 ingrédients** provoque un **regain d'énergie** immédiate et extraordinaire. La **force musculaire**, une résistance exceptionnellement élevée, **l'endurance** et la **performance**, le **renforcement musculaire** et une **récupération** plus rapide. Aussi idéal pour les athlètes souffrant de problèmes digestifs par rapport d'autres créatines basique.

Peut être combiné parfaitement avec notre **Xtreme Nitro-Stak** ou **Xplosif Nitro-Pump** (voir catalogue).



POWER TRI-CREAKICK PLUS *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez 4 cuillères doseuses (environ 17 g) avec 300 ml d'eau environ 15-30 minutes avant l'entraînement et 4 autres cuillères doseuses (environ 17 g) avec 300 ml d'eau immédiatement après l'entraînement. Les jours de repos, prenez 4 cuillères doseuses (environ 17 g) avec 300 ml d'eau le matin immédiatement après s'être levé et à jeun.

Dosage : Boîte de 500 g

Parfums : Citron (sans colorant), Orange

La bêta-alanine joue un rôle crucial dans l'approvisionnement rapide en énergie. Lorsqu'il n'y a plus assez de réserves de glucose dans l'organisme, la bêta-alanine est convertie en sucre. Dans le même temps, la bêta-alanine augmente la glycémie en stimulant l'excrétion du glucagon. La bêta-alanine est combinée avec un deuxième acide aminé, l'histine. Dans le corps, elle forme le dipeptide carnosine. Des études ont montré que les muscles avec des niveaux de carnosine plus élevés ont plus de force et d'endurance. Cette propriété est avantageusement activée par la bêta-alanine.

Dans l'une de nos autres études, nous avons pu déterminer que les athlètes qui utilisent notre nouvelle formule, le **Power Tri-CreaKick plus**, avec l'ajout de bêta-alanine et de malate de citrulline, construisent plus de muscles, augmentent leurs performances et éliminent plus de graisses que sans cette combinaison. Cette excellente composition du **Power Tri-CreaKick plus de Power-Food's J-M.B.** est unique, elle vous aidera certainement à dépasser vos précédentes limites. Vous atteindrez d'autres dimensions d'augmentation de la force, de l'endurance, de l'énergie et de la performance. **Power Tri-CreaKick plus** convient à tous les types de sport, en particulier pour les non-répondeurs (c'est-à-dire pour les athlètes qui ne ressentent aucun effet aux autres formules de créatine).

Power Tri-CreaKick plus de Power-Food's J-M.B. est notre nouvelle formule avec 5 composants, comme : **La gluconate de créatine**, testée cliniquement avec succès, il est lié à une molécule de glucose qui a un effet encore plus efficace que de nombreux autres types de créatine. Il a une meilleure solubilité, une meilleure absorption et une biodisponibilité plus élevée. Il a l'avantage de ne pas avoir la moindre « perte » sur le chemin de l'efficacité, que ce soit pour générer de l'énergie, de la puissance et le reste. L'énergie dans les cellules musculaires est immédiatement augmentée, les muscles ayant une concentration de créatine encore plus élevée, votre force, vos performances et l'accumulation musculaire augmentent considérablement. **Le malate de di-créatine**, est un sel de créatine soluble, qui, associé à l'acide malique, joue un rôle crucial dans notre cycle énergétique naturel. Il provoque une forte augmentation de la biodisponibilité, ce qui augmente la production d'ATP et le volume cellulaire. La masse musculaire et le volume qui deviennent plus importants augmentent la force et l'endurance. **La créatine phosphate** est une créatine phosphorylée qui sert de fournisseur d'énergie, elle est rapidement mobilisable dans les muscles, le myocarde et le cerveau pour la régénération générale de l'ATP. Il possède un composé organique qui développe une source d'énergie encore plus rapide et provoque ainsi une parfaite augmentation de l'énergie et de la contraction musculaire. **Le malate de citrulline** est un acide aminé non protéinogène et non essentiel, qui, avec la L-arginine et la L-ornithine, joue un rôle décisif dans lequel s'améliore la circulation sanguine et l'apport d'oxygène dans les muscles. Il augmente également la production d'ATP, réduisant ainsi l'acide lactique, la quantité d'ammoniac dans le sang et aura un effet positif direct sur la récupération musculaire. Des études démontrent que la supplémentation en malate de citrulline entraîne une réduction des douleurs musculaires (jusqu'à 40 %) et un effet de pompage accru.



ALA & CHROM-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez chaque jour 3x 1 capsule (matin-midi-soir) avec vos repas avec un verre d'eau.



Le nouveau produit **Ala&Chrom-Force** de **Power-Food's J-M.B®** est composé de 199 mg d'**acide alpha-lipoïque** et de 1 mg de **chrome** par capsule. C'est une combinaison idéale de deux nutriments exceptionnels en un produit. L'acide alpha-lipoïque et le chrome dans leur forme bio sont de puissants antioxydants et peuvent contribuer à la protection des cellules en s'attaquant aux radicaux libres. **Ala&Chrom-Force** aide à mieux absorber l'énergie et les nutriments de l'alimentation. Le corps utilise l'acide alpha-lipoïque pour produire de l'énergie. En **sensibilisant des récepteurs d'insuline**, qui produiront moins d'insuline, cet effet est augmenté de façon considérable. L'acide alpha-lipoïque joue un rôle décisif dans les mitochondries qui sont les centrales de production d'énergie des cellules. Ce qui rend l'**acide alpha-lipoïque** unique en tant qu'antioxydant ainsi que sa diversité qui aide à désactiver une vaste partie des radicaux libres dans le corps.

Le **chrome** contenu aide à équilibrer le taux de sucre dans le sang, ce qui a des avantages pour la digestion des aliments. Ceci est important pour transférer le glucose dans la circulation sanguine afin de mieux utiliser les lipides, protéines et glucides comme énergie.

Ala&Chrom-Force de **Power-Food's J-M.B®** peut donc être pris pour accompagner les diètes ou les phases de gain avec une alimentation riche en glucides. L'**Ala&Chrom-Force** promet des résultats excellents. Durant les diètes, un taux de glycémie stable est très important afin de réduire le taux de graisse à longue durée. Ce taux joue également un rôle important lors des diètes mais aussi durant les périodes de gain durant lesquelles beaucoup de glucides complexes sont consommés. C'est là que l'**Ala&Chrom-Force** joue un rôle important, car le **chrome** aide à maintenir un taux de glycémie normal.

Ala&Chrom-Force est un parfait complément à usage quotidien.



Dosage : Boîte de 90 capsules / poids Net(to) 54 g

ANTIOXYD-FORCE V2 *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez 3x 2 capsules pendant les repas le matin, le midi et le soir avec un verre d'eau.

Dosage : Boîte avec 180 capsules à 500 mg

Numéro NUT : NUT_PL_AS 1626/30



Antioxyd-Force V2 de **Power-Food's J-M.B®** est basé sur une toute nouvelle composition de 5 produits spécialement sélectionnés. Ceci inclut la **Rhodiola Rosea**, appelé aussi rhodiola, qui a un effet très positif sur le système immunitaire et, en tant qu'antioxydant fort, il est recommandé comme une substance d'analgésiques légère. Le **ginseng**, qui est utilisé depuis plus de 500 ans en naturopathie afin d'améliorer le bien-être général, et qui a de nombreux avantages positifs, aide le corps de s'adapter à certaines circonstances comme les maladies, le stress et les hauts efforts physiques et mentaux, ce qui augmente les performances physiques et mentales. L'**acide alpha-lipoïque** est également un antioxydant puissant et permet également un meilleur enregistrement de tous les ingrédients de l'**Antioxyd-Force V2**.

Nous avons intégré soigneusement de la **Vitamine C** et le **Coenzyme Q10** dans cette formule, puisque ces deux vitamines contribuent notamment au renforcement du système immunitaire, cardiaque et circulaire. En particulier, ils appuyent la régulation de la pression artérielle, l'amélioration du taux de cholestérol, du taux de lipides sanguins et l'endurance et la performance. Ce produit montre en outre un grand effet anti-âge qui s'enrichit avec une utilisation régulière. Cette composition est un produit parfait antioxydant qui contribue à neutraliser les radicaux libres dans l'organisme et ainsi les défenses naturelles, l'énergie, la performance et augmente la vitalité et le bien-être.

Antioxyd-Force V2 est idéal pour tous, sportif ou non-sportif, jeune et personne âgée, homme et femme.



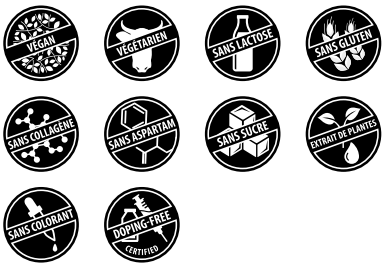
ASHWAGANDHA-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez 2x1 caps par jour, de préférence le matin au lever et avant le coucher.

Dosage : Boîte avec 120 capsules (végétalien) / Poids Net(to) 95,76 g



Ashwagandha-Force de **Power-Food's J-M.B®** est un ginseng indien, également connu sous le nom de cerise d'hiver ou baie endormie, utilisé en médecine ayurvédique depuis plusieurs milliers d'années. L'effet de **Ashwagandha-Force** a été convaincant dans plusieurs recherches et dans l'utilisation de ce super aliment pour les problèmes de sommeil, le stress, le renforcement de la vitalité et de la force vitale.

La médecine alternative indienne est également convaincue des propriétés prolongeant la vie, mais aussi rajeunissantes et aphrodisiaques de cette plante médicinale. Ces dernières années, les scientifiques ont commencé à explorer son utilisation comme complément naturel pour les athlètes et ceux qui cherchent à améliorer leur condition physique globale. D'après les preuves recueillies jusqu'à présent, il semble que cette plante ancienne pourrait être un complément naturel efficace pour améliorer la masse musculaire et accélérer la récupération après l'exercice.

Nos études ont montré qu'**Ashwagandha-Force** peut avoir un effet positif sur la croissance et la récupération musculaire. Il a été démontré que seulement quatre semaines de prise de notre **Ashwagandha-Force** entraînaient une amélioration de l'endurance musculaire, une augmentation de la taille des muscles et une réduction de la fatigue après l'entraînement.

En plus de son effet sur la croissance et la régénération musculaire, il a également été démontré qu'**Ashwagandha-Force** a un effet positif sur la santé globale. Nos études ont montré que la prise d'**Ashwagandha-Force** réduit le niveau de stress, améliore la qualité du sommeil et renforce le système immunitaire.

Il a été prouvé que notre Ashwagandha-Force dispose d'un certain nombre de mécanismes d'action, qui peuvent accompagner les athlètes dans leur sport et les personnes pour améliorer leur qualité de vie :

- 1) Améliorer les niveaux d'hormones naturelles
- 2) Régénération plus rapide
- 3) Soulager l'inflammation
- 4) Réduction du stress
- 5) Augmentation de la sécrétion de créatine
- 6) Augmentation du bien-être
- 7) Cholestérol

FENUGREEK-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez 1-2 capsules 3 fois par jour au cours des repas principaux, matin, midi et soir avec un peu de liquide.

Les jours d'entraînement, prenez également 1-2 capsules directement après l'entraînement avec notre shake post-work (**Power-Recovery**)!

Dosage : Boîte de 180 capsules / Poids Net(to) 90 g



Fenugreek-Force (fenugrec) avec 50 % de saponines de chez **Power-Food's J-M.B**[®] est un extrait végétal aux propriétés de haute qualité, il appartient à la sous-famille des papillons (Faboideae) et à la famille des légumineuses (Fabaceae). La plante pousse jusqu'à 50 centimètres de hauteur et a de fortes racines ancrées dans le sol. Cette plante a de petites feuilles ressemblant à du trèfle et développe des fleurs blanches et jaunâtres, en juin comme en juillet. Les gousses de fruits se développent à partir des fleurs avec les graines. Celles-ci ressemblent aux cornes de chèvre et ont donné son nom à cette plante. Le fenugrec était déjà connu comme plante médicinale dans l'antiquité et elle était également utilisée par le médecin grec Hippocrate. Les philosophes grecs antiques et leurs étudiants grignotaient des graines de fenugrec grillées, pour les aider à la réflexion. Il existe maintenant des études scientifiques sur les effets curatifs et bénéfiques du fenugrec. Comme pour de nombreux autres remèdes traditionnels à base de plantes, les effets du fenugrec se confirment progressivement.

Quel effet promet notre Fenugreek-Force ?

Les effets suivants du fenugrec ont été démontrés dans de nombreuses études. C'est une source d'acides aminés, de vitamines et de minéraux, qui améliorent le développement de la masse musculaire il permet de soutenir des périodes d'exercices intenses.

Le fenugrec a un effet hypoglycémiant. Il contribue au métabolisme normal du glucose, il permet de soutenir et d'équilibrer le métabolisme des graisses.

Les huiles essentielles et substances amères contenues dans le fenugrec stimulent la production de sucs gastriques et biliaires, donc il contribue à l'appétit. En plus de ces bienfaits, il favorise le confort digestif et soulage les plaies gastriques.

L'utilisation régulière de notre produit Fenugreek-Force peut aider à maintenir une glycémie normale. Cela peut à son tour aider à faire passer plus de nutriments dans cette cellule. Il est donc idéale comme l'apport supplémentaire pour tous les types de sport, à prendre directement après l'effort avec un de nos shake post-work (**Power Recovery**), voir dans notre catalogue!

GH-NIGHT POWDER *luxury*



GH-Night powder est une composition parfaite et un complément spécialement développé par **Power-Food's J-M.B®** à partir des meilleurs acides aminés tels que le **GABA**, la **L-arginine**, **l-glutamine**, **l'alpha ketoglutarate d'ornithine (OKG)**, la **coenzyme Q10** et **l'acide alpha-lipoïque**.

Avec **GH-Night powder** vous obtenez un complément parfait pour tout le monde, athlète ou non athlètes qui peuvent largement bénéficier des bienfaits.

GH-Night powder procure à un repos nocturne et d'une vie saine, pour ceux qui veulent se détendre après d'une journée long, ou qui travaillent en poste, tout comme après des séances d'entraînement intenses en fin de soirée qui ne peuvent pas immédiatement s'endormir. Tout le monde devrait savoir qu'un sommeil sain est très important pour rester en plein forme journalier.

GH-Night powder a un effet positif pour se protéger contre les radicaux libres, procure à un repos nocturne sain, que ce soit pour les athlètes ou non athlètes ayant des exigences élevées pour une amélioration de récupération et la régénération musculaire, ainsi rester en plein forme journalier !

Mode d'emploi :

Prendre juste avant le couché 8 petites dosettes (environ 25 g) avec 250-300 ml d'eau.

Dosage : Boîte de 800 g

Parfum : Cerise (sans colorant)

Numéro NUT : NUT_AS 1626/33



Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 298,68 kcal / 1249,67 kJ | Glucides : 46,32 g | Protéines : 28,35 g | Lipides : 0 g



TYROSIN-FORTE *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez 2 capsules le matin au petit déjeuner et 2 capsules l'après-midi ou avant le sport.

Tyrosin-Forte de **Power-Food's J-M.B®** est un acide aminé qui se charge des fonctions importantes dans le corps. Par exemple, comme un précurseur de la dopamine et la noradrénaline, hormones qui assurent un fonctionnement parfait de l'aptitude physique, mentale et de la bonne humeur. **Tyrosin-Forte** est également considérée comme un stimulant et un acide aminé diététique qui relance, lors de régimes faibles en glucides le niveau de dopamine et de noradrénaline, la bonne humeur augmente, on se sent mieux et il soulage même les dépressions qui apparaissent souvent avec le stress ou les régimes restreints. **Tyrosin-Forte** est souvent recommandée aux managers, étudiants et sportifs de haut niveau etc. qui sont constamment exposés au stress, ou qui doivent constamment être sous tension pour rester mentalement à la hauteur tout en restant très actif. Les athlètes, lors d'un entraînement intensif, les professionnels, dans les moments de stress, les personnes d'âge avancé ou avec un excès pondéral élevé durant un régime peuvent tirer bénéfice de la **Tyrosin-Forte**.



Dosage : Boîte de 150 capsules / poids Net(to) 107,7 g

Numéro NUT : AS 1626/27



ZMA-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Prendre chaque soir 3 capsules avant le coucher avec un verre d'eau.

Dosage : Boîte de 90 capsules / poids Net(to) 14,715 g

Ce produit de **Power-Food's J-M.B®** est une formule de minéraux synergique unique, spécialement conçue pour les athlètes qui s'entraînent durement et les personnes qui souffrent d'une carence de ces substances.

ZMA-Force contient du **zinc**, du **magnésium** et de la **vitamine B6**. Prise au moment du coucher, la concentration des **hormones anabolisantes** est augmentée. Une utilisation régulière de **ZMA-Force** permet un meilleur développement musculaire (en stimulant la sécrétion de la testostérone naturelle de 30 %), une meilleure récupération et régénération après des séances d'entraînement difficiles et intenses.

ZMA-Force permet aussi une meilleure récupération en raison de l'amélioration du sommeil plus profond, plus équilibré, une augmentation du niveau d'hormones anabolisantes, de plus grands gains en force et en puissance musculaire. Tels sont les effets ultimes de **ZMA-Force** et de ses avantages qui sont mis au point par des recherches scientifiques très sérieuses. Il est un complément idéal pour augmenter la récupération et le bien-être, mais aussi pour prévenir les crampes musculaires désagréables. La prise juste avant le coucher, vous permet un sommeil plus profond et réparateur, ce qui vous permet de commencer vos journées de façon plus reposée et un départ plus tonique dans votre quotidien.



ZINK-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez 1-2 capsules par jour, 1 capsule le matin à jeun et/ou 1 capsule le soir avant le coucher avec un verre d'eau.

Dosage : Boîte de 60 capsules / poids Net(to) 33 g



Zink-Force de **Power-Food's J-M.B®** contient par capsule 30,8 mg de **méthionine de zinc**, un des éléments essentiels les plus importants qui existent – un complément alimentaire idéal pour votre quotidien. La méthionine de zinc participe aux multiples processus du métabolisme et aide à assimiler les glucides, les lipides et la vitamine A. En tant qu'antioxydant, elle protège les cellules des efforts oxydatifs et favorise la synthèse des protéines du système immunitaire afin de préserver une peau saine.

La **méthionine de zinc** est responsable pour le maintien du taux de testostérone dans le sang, ce qui la rend très populaire auprès des sportifs. Le zinc est important pour la croissance, la fécondité et le système immunitaire. C'est un composant de différents enzymes de protéine, de lipides et de glucides. Que ce soit pour le sport ou pour votre quotidien, notre **Zink-Force** est important pour un fonctionnement impeccable du système immunitaire et pour la formation des hormones de croissance, qui sont produites par l'hypophyse durant la nuit, environ 90 minutes après le sommeil ou le matin directement après le réveil. Considérant ces qualités positives, il peut être pris tout au long de l'année.

Zink-Force de **Power-Food's J-M.B®** est optimal pour :

Le maintien d'une peau saine, un taux de testostérone normal, le métabolisme des protéines, des lipides et des glucides, pour des cheveux et ongles sains, une meilleure vue, la solidité des os, la fécondité, l'équilibre acido-basique, et bien plus encore.



J-M.B.[®] VITA-FORCE V3 *luxury*



J-M.B.[®] Vita-Force V3 est notre nouvelle formule et un excellent complément de **Power-Food's J-M.B.[®]** qui combat le manque de toutes les vitamines, minéraux et antioxydants dont le corps a besoin pour être en bonne santé au quotidien. Cette formule de **Power-Food's J-M.B.[®]** contient toutes les vitamines, minéraux et antioxydants nécessaires correspondant à la quantité journalière recommandée. Entièrement préparé avec un mélange multi vitamines et minéraux, il permet d'éviter les risques de manque en vitamines et minéraux essentiels, souvent causés par une alimentation peu variée et **trop faible** en apport calorique (lors des régimes) ou en subissant une **perte élevée** (lors d'une transpiration abondante) pendant l'effort physique ou activités sportives. Ces substances nutritives ne peuvent pas être produites par le corps en quantité suffisante pour en maintenir sa vitalité et sa santé.

Mode d'emploi :

Prenez 2-3 fois par jour 1 capsule pendant les repas, matin, midi, soir.



Dosage : Boîte de 90 capsules / poids Net(to) 84,87 g



OMEGA FORCE *luxury*



Omega Force de **Power-Food's J-M.B®** contient des acides gras omégas 3 (huile de poisson). Ces acides gras ont de nombreux avantages pour la santé et le bien-être. Les acides gras essentiels contenus dans **Omega Force** réduisent le risque de maladies cardiaques et d'attaques d'apoplexie. Ils réduisent le taux de cholestérol, ils améliorent le système immunitaire et le fonctionnement du cerveau, améliorant ainsi la vitalité et la bonne santé. De plus, ils peuvent aider à prévenir les douleurs articulaires et augmentent la perte de graisse lors de régimes pauvres en glucides.

Omega Force est un complément idéal pour tous, athlètes, non athlètes ou les personnes qui ont une alimentation peu soignée et insuffisante en bonnes graisses.



Mode d'emploi :

Prenez 1-2 capsules, 3 fois par jour, le matin, le midi et le soir avec les repas.

Dosage : Boîte de 90 capsules / poids Net(to) 123 g

Numéro NUT : NUT_AS 1626/25

Valeurs nutritionnelles par capsule :

Énergie : 9,75 kcal / 40,79 kJ | Glucides : < 1 g | Protéines : < 1 g | Lipides : 1 g



T-STING FORCE V2 *luxury*



Mode d'emploi :

Prendre quotidiennement 3x par jour 1-2 capsules répartis sur la journée, idéalement pendant un repas.

Dosage : Boîte de 120 capsules à 650 mg



T-Sting Force V2 est une nouvelle élaboration de **Power-Food's J-M.B®**, elle est composée de 5 extraits de plantes bénéfiques et sélectionnées. Entre autre le **ginseng** qui a été utilisé durant plus de 5000 ans dans la médecine naturelle pour renforcer la santé en général et possède d'innombrables effets positifs, notamment parce qu'il aide le corps à s'adapter à certaines circonstances telles que la maladie, le stress et de grands efforts physiques et mentaux.

L'**avena-sativa**, également connue sous le nom d'avoine sauvage, appartient à la famille des graminées. Elle est utilisée en médecine populaire comme agent anti-inflammatoire. Elle améliore les taux de graisse dans le sang et le cholestérol. Les athlètes profitent de façon naturelle de l'**avena-sativa** qui stimule leur production de testostérone. La **racine de maca**, connue comme racine comestible qui pousse dans les Andes en Amérique du Sud, est riche en acides aminés, acides gras, vitamines et minéraux, de sorte qu'elle augmente l'énergie, la bonne humeur, le système immunitaire, l'endurance, la vitalité et l'envie sexuelle. **Rhodiola rosea** (appelée racine d'or) stimule le système immunitaire et en tant que puissant antioxydant elle est recommandée comme une substance anti-douleur, tout en augmentant le bien-être et la santé. La dernière substance est le **ginglo biloba**, une des plus anciennes plantes au monde en médecine, est un remède traditionnel qui dispose des caractéristiques suivantes : Une gestion du stress améliorée, l'amélioration de la circulation sanguine, l'augmentation de la concentration, de la performance physique et mentale.

Le **T-Sting Force V2** de **Power-Food's J-M.B®** est un produit merveilleux et très populaire pour tous, athlètes ou non athlètes qui veulent augmenter leur vitalité et le bien-être. Il est adapté tant pour les hommes que pour les femmes mais aussi aux personnes âgées.



VITAMINE-C FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez quotidiennement 1 capsule, 3x par jour pour accompagner vos repas principaux, le matin, le midi et le soir. Les athlètes peuvent prendre 1 capsule au petit déjeuner, 1 capsule avant et 1 capsule après l'entraînement.

Dosage : Boîte de 100 capsules / poids Net(to) 111,8 g

Numéro NUT : NUT 1626/28



Vitamine-C Force de **Power-Food's J-M.B®** est un antioxydant de haute qualité, idéal pour les athlètes ou les personnes ayant des exigences élevées dans la vie de tous les jours. Cette vitamine est très importante pour l'organisme car elle rassemble un grand nombre de bienfaits. Cela signifie d'une façon plus précise que la vitamine C contribue à la fois au bon fonctionnement du système immunitaire et ce, avant et après un effort physique intense. Le corps est donc protégé pendant l'exercice ou durant toute autre forme d'activité. C'est pourquoi vous devez faire attention à consommer de la **vitamine C** lors d'une alimentation stricte. En outre, la **Vitamine-C Force** permet une formation normale de collagène et donc un apport journalier bénéfique pour les os.

Les athlètes de force qui travaillent en puissance cherchent à protéger leur système musculosquelettique pour éviter toute forme de blessures, c'est pour cette raison que l'apport en vitamine C protège l'os et le cartilage. Mais l'utilité de la **Vitamine-C Force** n'est pas uniquement ciblée pour les sportifs mais pour tous les individus en général, que ce soit au travail ou en loisir. La **Vitamine-C Force** de **Power-Food's J-M.B®** est à consommer à tout moment de notre existence. La **Vitamine-C Force** régularise le métabolisme de l'énergie et contribue à l'alimentation musculaire, ce n'est que lorsque les cellules musculaires sont bien nourries que la réussite est garantie dans votre sport comme dans votre vie.

Pour mieux gérer le stress mental, la **Vitamine-C Force** peut être prise pour une accentuation des facultés mentales et un meilleur fonctionnement du système nerveux. Les athlètes seront mieux armés pour faire face aux situations stressantes, ce qui contribuera à la réussite de votre entreprises personnelles.



VITA B-COMPLEX FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Prendre 3 fois par jour 1 tablettes pendant les repas, matin-midi-soir.

Dosage : Boîte de 90 tablettes à 700 mg / poids net(to) 63 g



Vita B-Complex Force est un excellent complément alimentaire de **Power-Food's J-M.B® luxury**, c'est un complexe de vitamines B de haute qualité (700 mg par capsule), il est composé de 8 vitamines essentielles dont le corps à besoin pour une meilleure santé. Lorsqu'il est associé avec de la **VITAMINE B1** (thiamine), **B2** (riboflavine), **B3** (niacine), **B5** (acide pantothénique), **B6** (pyridoxine), **B7** (biotine), **B9** (acide folique) et **B12** (dibenzocid-cobalamine), il empêche la présence des dangers d'une carence de toutes ces substances précieuses. Cela survient souvent en raison d'une mauvaise variété d'aliments, d'une consommation trop faible de calories (lors d'un régime) ou d'une perte élevée due à une transpiration abondante lors d'activités physiques ou sportives. Ces substances nutritives ne peuvent pas être produites en quantité suffisante par le corps lui-même.

En principe, **tout le monde** devrait s'assurer d'avoir un apport adéquat en **vitamines B**, malgré que certains groupes de personnes aient des besoins plus élevés en **vitamine B**. Par exemple, les femmes enceintes doivent porter une attention particulière à la teneur en acide folique de leur alimentation, car l'**acide folique** est important pour le développement sain du bébé. **Les athlètes** qui souhaitent **développer leurs muscles** ont également des besoins plus élevés en vitamine B. **Vita B-Complex Force** assume à lui seul différentes fonctions dans le corps.

Cependant, les tâches individuelles de nos **vitamines B** sont étroitement liées dans leurs fonctions pour l'**organisme humain**. Ils fonctionnent comme des engrenages imbriqués et jouent ensemble un rôle important dans le fonctionnement du cerveau, des nerfs et du métabolisme énergétique. Ensemble, **ces vitamines** assument également d'autres fonctions importantes : Comme le soutien de la fonction **cardiaque**, du système **immunitaire** ou de la division **cellulaire**, pour n'en citer que quelques exemples...

Les autres facteurs qui peuvent contribuer à un besoin accru de vitamine B sont :

- stress
- nicotine
- l'alcool
- régimes
- problèmes gastro-intestinaux
- médicaments

Afin d'augmenter et de maintenir votre vitalité et votre santé, vous devez compléter avec notre **Vita B-Complex Force**.

VITA D3+K2-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Prendre 1 capsule par jour avec un repas.

Dosage : Boîte de 60 (softgel) capsules / poids net(to) 60 g



Vita D3+K2-Force, notre nouvelle formule, combine habilement les vitamines D3 et K2 pour créer un complément idéal chez **Power-Food's J-M.B®** et promouvoir ainsi une santé optimale. Ces vitamines liposolubles sont cruciales pour le bien-être, agissant en tandem pour renforcer la santé osseuse, soutenir le système immunitaire et maintenir un métabolisme équilibré. Choisissez **Vita D3+K2-Force** pour une vitalité maximale en toute simplicité. Un apport combiné des deux vitamines est recommandé, car elles se complètent et se régulent mutuellement.

Avoir une alimentation saine ne suffit souvent pas à garantir un apport adéquat en **vitamines D3 et K2** tout au long de l'année. La vitamine D3, en particulier, est présente en petites quantités dans les aliments et est principalement synthétisée par l'exposition au soleil. **Vita D3+K2-Force** comble ces lacunes en offrant une combinaison experte de ces vitamines essentielles. Cette formule optimale contribue à maintenir la santé osseuse, renforcer le système immunitaire et favoriser un métabolisme équilibré. Optez pour **Vita D3+K2-Force** pour un soutien nutritif fiable, indépendamment des saisons ou des contraintes alimentaires, et investissez dans votre bien-être quotidien.

Optez pour notre combinaison **Vita D3+K2-Force**, car elle se révèle particulièrement bénéfique. Ensemble, notre **Vita D3+K2-Force** forment un duo imbattable, se soutenant mutuellement et contribuant activement à de nombreux processus corporels. Ces deux vitamines sont déjà très précieuses pour notre corps de manière individuelle, mais leur combinaison crée une synergie encore plus puissante. En choisissant **Vita D3+K2-Force**, vous investissez dans un soutien nutritionnel complet, favorisant la santé osseuse, renforçant le système immunitaire et contribuant à l'équilibre général de votre métabolisme.

Que ce soit pour renforcer les os et les dents, soutenir le système immunitaire ou favoriser des fonctions cardiovasculaires normales, **Vita D3+K2-Force** se distingue comme une équipe solide offrant une variété d'avantages impressionnants. Cette combinaison unique agit en synergie, renforçant la santé osseuse et dentaire grâce à la vitamine D3, tout en optimisant la distribution du calcium dans le corps avec l'aide de la vitamine K2. Parallèlement, elle soutient activement le système immunitaire et favorise des fonctions cardiovasculaires normales, faisant de **Vita D3+K2-Force** un choix judicieux pour une approche holistique de votre bien-être.

Les symptômes d'une carence en vitamine D3+K2 comprend :

- Fatigue et faiblesse générales
- Os et articulations douloureux
- Douleurs et faiblesse musculaires
- Sensibilité aux infections
- Sautes d'humeur
- Inflammation des articulations
- Système Immunitaire
- Problèmes de sommeil
- Manque de concentration
- Maux de tête

Pour préserver votre vitalité et votre santé, il est essentiel de compléter régulièrement votre apport avec notre Vita D3+K2 Force.

GLUCOSAMINE-FORTE *luxury*



Glucosamine-Forte de Power-Food's J-M.B® se compose de **sulfate de chondroïtine** et de **glucosamine** qui sont des éléments importants du cartilage, extrêmement utiles à la réduction dans les douleurs articulaires et des problèmes communs dues à une surexploitation. Avec l'apport supplémentaire de la glucosamine, elle peut arrêter l'inflammation dans le cartilage et optimiser la formation de nouvelles cellules et de fluide prévenant le frottement des articulations. Le **sulfate de chondroïtine** est une substance active du tissu cartilagineux qui ne se trouve pas sous cette forme dans notre alimentation. Elle augmente le tissu dont le cartilage a besoin pour se régénérer. Le sulfate de chondroïtine peut également aider à réduire les inflammations douloureuses et les lésions du cartilage. Les meilleurs résultats ne peuvent être obtenus qu'avec une prise combinée de glucosamine et de sulfate de chondroïtine, qui sont contenues dans la **Glucosamine-Forte de Power-Food's J-M.B®** par un dosage optimal. **Glucosamine-Forte** aide la formation et la guérison du cartilage et des ligaments, il arrête les inflammations et favorise le frottement des articulations.

Mode d'emploi :

Prendre durant la première semaine pour charger le corps, 2 capsules, 3 fois par jour. Le matin, le midi et le soir avec les repas principaux dans un grand verre d'eau. Après cette semaine de charge, ne prenez plus qu'1 capsule, 3 fois par jour. Des résultats idéaux sont obtenus par une prise régulière de 3-4 mois.



Dosage : Boîte de 90 capsules / poids Net(to) 91,6 g

Numéro NUT : AS 1626/24



J-M.B.[®] JOINT-SUPPORT *luxury*



Mode d'emploi :

Utilisation : Prenez 1-2 x par jour (le matin et/ou le soir) 15 g = (4-5 cuillères) mélanger dans 300 ml d'eau.

(Vous obtiendrez les meilleurs résultats avec un apport régulier)

Dosage : Boîte de 500 g

Parfum : Pomme-Cannelle (sans colorant)

Valeurs nutritionnelles par 15 g :

Énergie : 37,15 kcal / 156,48 kJ

Glucides : 3 g

Protéines : 5 g

Lipides : 0,03 g



J-M.B.[®] Joint-Support de **Power-Food's J-M.B.[®]** est une composition parfaite de composants de haute qualité, consistant en un mélange de : **glucosamine, chondroïtine Sulfate, méthylsulfonylméthane, hydrolysat de Collagène et acide hyaluronique sodique**, ce sont 5 des éléments constitutifs les plus importants du cartilage et du liquide synovial qui peuvent aider à réduire les douleurs ainsi que les problèmes articulaires (usure des articulations).

En prenant de la **glucosamine**, du **méthylsulfonylméthane**, de l'**hydrolysat de collagène** et de l'acide hyaluronique sodique, vous pouvez arrêter l'inflammation du cartilage et ainsi optimiser la formation de nouvelles cellules cartilagineuses et de fluides qui neutralisent la friction dans les articulations.

Le **sulfate de chondroïtine** est une substance active dans le tissu cartilagineux qui ne se trouve pas directement dans notre alimentation. Il augmente les matières premières dont le cartilage a besoin pour se régénérer. Le sulfate de chondroïtine aide également à réduire les inflammations douloureuses causées par les dommages au cartilage.

Les autres ajouts d'extrait de **Curcuma longa**, de **cannelle de Ceylon**, de **complexe de vitamine B** et de **vitamine C** ont un fort effet antioxydant, ils augmentent le système immunitaire, la vitalité, assurent une meilleure sensation de bien-être et une apparence nettement plus jeune.



MAGNESIUM CITRAT-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez 1-2x par jour 2 capsules, les jours de sports le matin au petit déjeuner 1-2 capsules et 1-2 capsules avant le sport, les jours de repos le matin au petit déjeuner 1-2 capsules et le soir avant le coucher 1-2 capsules.

Dosage : Boîte avec 200 capsules / poids net(to) 126 g



Magnesium-Citrat Force de **Power-Food's J-M.B®** est un citrate de magnésium avec 403,2 mg par capsule. Le magnésium est un **minéral** essentiel et un **électrolyte**, qui est stockée de 60 % dans **les os** et de 30 % dans **les muscles**. Le **magnésium** est responsable en particulier pour l'équilibre entre le système nerveux et les muscles. On se rend compte d'un **manque en magnésium** lorsqu'une **crampe au mollet** se produit pendant la nuit ou après l'activité physique. Avec le **mode de vie** d'aujourd'hui et **les habitudes alimentaires** actuelles, il se peut que les besoins de ce **minéral** important n'est pas toujours couvert et nos muscles indiquent ceci de diverses façons. Sans **magnésium**, par exemple, notre corps sera incapable d'utiliser les glucides et les graisses dont il a besoin pour l'énergie. Etant donné que notre corps n'est pas dans la mesure de produire le **magnésium** soi-même, il doit être obtenue continuellement par la nourriture. Ceci est, pour de nombreuses personnes-en dépit de la bonne alimentation-difficilement réalisable. Par conséquent, nous recommandons une dose journalière supplémentaire. **Magnesium-Citrat Force** est un magnésium organique de haute qualité et particulièrement recommandée à titre de compensation lors de la perte de magnésium par des régimes unilatéraux, des médicaments, le stress, l'alcool, la préparation des aliments (lors de la cuisson des pommes de terre environ 50 % du magnésium seront perdus).

Magnesium-Citrat Force de **Power-Food's J-M.B®** est idéal pour tous, qu'ils soient **athlètes** ou **non-athlètes**, lors des exercices intenses ou des activités physiques, lors de la prévention dans les efforts physiques et musculaires ainsi que pour aider dans les régimes. Dans de nombreux domaines, la couverture des besoins en magnésium peut être une condition préalable importante pour une vie active.

POWER MALTODEXTRO *luxury*



Mode d'emploi :

Mélanger 50-100 g dans 500-1000 ml d'eau et boire avant, pendant et après l'exercice ou une activité intense.

En tant que post-workout shake (après l'entraînement), mélanger 50-80 g de **Power Maltodextro**, 30-50 g de **Power Iso-Whey** (voir catalogue) et 3-5 g de **Power Crea-Mono** (voir catalogue) dans 400-500 ml d'eau.

Dosage : Boîte de 900 g

Parfum : Neutre

Numéro NUT : NUT_AS 1626/5

Power Maltodextro de **Power-Food's J-M.B®** est un energizer de haute qualité constitué de polysaccharides, il est également composé d'une chaîne de 21 sous-classes. **Power-Food's J-M.B®** a choisi d'enrichir **Power Maltodextro** de **vitamines** et **minéraux** de **haute qualité** afin de mettre à disposition des athlètes tous les éléments pour parfaire leur réussite, car bien souvent certaines compositions n'ont pas les minéraux et oligo-éléments nécessaires pour maintenir l'énergie et la performance à un haut niveau. Les ingrédients de **Power Maltodextro** sont rapidement absorbés par le corps, ce qui rétablit le niveau de glycogène, apportant plus d'énergie sur une plus longue période.

Power Maltodextro de **Power-Food's J-M.B®** peut être très utile pour tous les sports. Il est idéal pour les athlètes d'endurance, les pratiquants d'arts martiaux et les culturistes. Il peut également être utilisé comme boisson énergétique ou par des personnes ayant des exigences professionnelles élevées dans leur vie quotidienne.

Power Maltodextro peut être parfaitement combiné avec **Power Iso-Whey** et **Power Crea-Mono** (voir catalogue), il se prend comme un shake de post-entraînement, pour récupérer et accélérer la phase anabolique immédiatement après l'entraînement.



Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 396 kcal / 1656,86 kJ | Glucides : 99 g | Protéines : 0 g | Lipides : 0 g

POWER ENERGY-PLUS *luxury*



Mode d'emploi :

Mélanger environ 50 g (1 dosette) avec 750 ml d'eau, en fonction de l'intensité de l'entraînement, et boire avant, pendant et après les séances d'entraînements intenses, longues ou autres activités. Les athlètes qui font 3-4 heures d'entraînement ou de vélo, peuvent mélanger en toute sécurité une double dose et la transporter dans leur Camelbag ou gourde. Idéale à combiner avec notre **Power Fit** (voir catalogue).

A boire de préférence avec de l'eau bien froide.

Dosage : Boîte de 500 g

Parfum : Tropical

Power Energy-Plus est notre nouveau produit (**all sport-drink**) très sophistiqué de **Power-Food's J-M.B®**, il fut développé après des années de recherches menées par plusieurs de nos athlètes et de leurs multiples connaissances le tout totalement régi par **Power-Food's J-M.B®**.

Power Energy-Plus a été élaboré de manière à obtenir des avantages particuliers face aux autres boissons énergétiques. Il s'agit d'une boisson contenant des glucides complexes, tels que l'**amidon de maïs à haute densité moléculaire** et des **maltodextrines** de haute qualité, qui maintiennent le niveau de sucre pendant une longue période et qui donnent non seulement de l'énergie rapide sur une longue durée, mais aussi détentrice de **peptides des protéines** qui accélèrent la régénération et la récupération au cours des séances d'entraînement. Les substances supplémentaires telles que la **créatine phosphate**, le **sodium citrat**, la **bêta-alanine**, la **taurine** et **guarana** augmentent tout de suite le sentiment de puissance et de performance.

La **L-carnitine**, le **magnésium**, le **phosphate de potassium**, la **vitamine B3** et la **vitamine B6** préviennent la dégradation de la performance et les états de crampes et elles servent de précieux antioxydants.

Power Energy-Plus est idéal pour les tous les athlètes, soit l'endurance (cyclistes, coureurs de Marathon et triathlètes, ils peuvent mettre cette solution en bouteille d'eau ou Camelbag), elle peut également servir au sport de combats, les athlètes de force, les body-builder, ainsi les sports de fitness comme les sportifs amateurs peuvent tirer bénéfice !



Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 320,86 kcal / 1359 kJ | Glucides : 60,46 g | Protéines : 17,86 g | Lipides : 0,34 g

POWER WAXY-MAIZE *luxury*



Mode d'emploi :

Mélanger 50-100 g avec 500-750 ml d'eau, de jus ou boisson gazeuse et boire avant, pendant et après le sport ou une activité intense.

Les culturistes et les athlètes de force, selon leur poids, devraient prendre 1 g par kg de poids corporel de **Power Waxy-Maize** et ½ g par kg de **Power Iso-Whey** (voir catalogue) avec 400-500 ml d'eau comme un post-workout-shake et boire immédiatement après l'entraînement. Également idéal avec **Power Crea-Mono** (voir catalogue).

Dosage : Boîte de 900 g

Parfum : Neutre

Numéro NUT : AS 1626/6

Power Waxy-Maize est un amidon de maïs cireux aux molécules denses, et donc un hydrate de carbone de longue durée qui est rapide et facile à digérer, il a été spécialement conçu pour **Power-Food's J-M.B®**. Les avantages particuliers du maïs cireux sont sa prise facile et sans problème, il possède un goût neutre et il peut être utilisé de manière optimale en tant que cocktail de protéines (boisson post-workout) ou avec des boissons minérales etc.

Power Waxy-Maize est un hydrate de carbone à longue chaîne très efficace, il fournit rapidement à l'organisme de l'énergie. Son passage dans l'estomac est rapide et l'afflux d'hydrates de carbone est accéléré dans la circulation sanguine, le taux de sucre dans le sang augmente la production d'insuline qui permet une assimilation plus rapide des éléments nutritifs dans le corps et les muscles. De plus, les niveaux d'insuline élevés peuvent diminuer l'hormone du stress (Cortisol) pendant et après l'entraînement vous assurant une meilleure croissance musculaire.

Power Waxy-Maize est idéale pour tous les sports qui visent à améliorer les réserves d'énergie et la performance. Pour les athlètes de force et les culturistes il est très utile en tant que post-workout-shake (directement après l'entraînement) pour augmenter la masse musculaire et la force.



Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 400 kcal / 1700 kJ | Glucides : 100 g | Protéines : 0 g | Lipides : 0 g

POWER FIT *luxury*



Mode d'emploi :

Mélanger 50 g dans 500 ml d'eau et boire avant, pendant et après l'entraînement où entre les repas tout au long de la journée. Les athlètes qui suivent un entraînement intensif peuvent boire les jours d'entraînement 100 g mélangé à 1000 ml d'eau.

A boire de préférence avec de l'eau bien froide.

Valeurs nutritionnelles par 100 g :

Énergie : 344 kcal / 1439,3 kJ
 Glucides : 73,5 g
 Protéines : 12,5 g
 Lipides : 0 g

Power-Food's J-M.B® a créé un nouveau supplément diététique qui est essentiel dans le monde du sport, la **Power Fit** ! Un supplément énergétique isotonique qui comme une boisson sucrée obtient un goût merveilleux. Parti d'un mélange de **maltodextrines**, **dextrose** et de **fructose**, ceux-ci créent une réserve d'énergie électrique de longue durée. **Power Fit** est un super complément avec de nombreux avantages et par conséquent il est essentiel pour tous les sports. **Power Fit** contient, de la **L-carnitine** et de la **carnosine**, ce qui renforce cet effet énergétique, l'ajout de **BCAA** et de **L-glutamine** aide à récupérer après l'effort physique, afin d'accélérer la restauration du tissu musculaire endommagé et d'augmenter les défenses naturelles.

Un mélange de vitamines et de minéraux a été ajouté pour combler certaines lacunes mais aussi pour compenser les sels perdus par l'effort physique et la transpiration excessive. **Power Fit** est tout simplement un « must » pour toutes les activités physiques et sportives. Également idéal pour tous ceux qui désirent se désaltérer et combler la perte de vitamines et de minéraux lors des chaudes journées d'été.



Dosage : Boîte de 500 g

Parfums : Tropical

Numéro NUT : NUT_AS 1626/19



J-M.B.[®] VITAL MINERALDRINK *luxury*



Mode d'emploi :

1 portion (15 ml, environ 2-3 pressions) dans 750 ml d'eau et mélanger. Distribué selon les besoins 1-3 portions tout au long de la journée ainsi que lors d'activités sportives.

Dosage : 0,5 litre, 1litre
(Pompe vendue séparément.)

Parfums : Cerise, Citron, Cola, Multi-fruits, Orange sanguine, Pêche-Maracuja, Aspèrulle

Valeurs nutritionnelles par 100 ml :

Énergie : 53,3 kcal / 223 kJ | Glucides : 1,1 g | Protéines : < 0,01 g | Lipides : 0 g

J-M.B.[®] Vital Mineraldrink de **Power-Food's J-M.B.[®]** est une boisson minérale délicieusement fruitée et rafraîchissante à mélanger avec de l'eau. Avec 0 grammes de sucre et 100 % pure goût, elle impressionne tous ceux qui en consomment par son extraordinaire goût fruité, obtenu par l'utilisation de jus de fruit naturel concentré. Elle est à boire à loisir, durant le travail, ou lors de toutes activités sportives. **J-M.B.[®] Vital Mineraldrink** est la meilleure boisson désaltérante de sa catégorie et sa grande variété de saveur offre à tout moment... une délicieuse sensation de bien être.

J-M.B.[®] Vital Mineraldrink contient une teneur extrêmement élevée en L-carnitine avec 1000 mg pour 100 ml, celle-ci est responsable du transport des acides gras dans l'organisme. La L-carnitine associée à une biodisponibilité élevée est considérée comme l'une des meilleures de sa gamme sur le marché. Le magnésium contenu prend en charge une fonction musculaire normale, régule une bonne synthèse des protéines et contribue à réduire la fatigue. **J-M.B.[®] Vital Mineraldrink** contient un grand nombre de vitamines qui favorise le système immunitaire et contribue à la régulation de l'activité hormonale journalière. Une précieuse contribution au métabolisme énergétique est observée et une bonne fonction du système nerveux est assurée par la vitamine B12. Tous ces nutriments précieux se trouvent dans **J-M.B.[®] Vital Mineraldrink** et sont combinés avec un goût fruité unique, le tout avec 0 g de sucre.



POWER MAGNESIUM-CITRAT 300 *luxury*



Mode d'emploi :

Buvez 1 flacon par jour. Les jours d'entraînement avant ou après l'exercice. Les jours de repos le matin au petit déjeuner ou le soir avant le coucher.

Dosage : 1 Boîte avec 20 ampoules de 25 ml

Parfum : Tropical

Valeurs nutritionnelles par ampoule (25 ml):

Énergie : 10 kcal / 43 kJ

Glucides : 1 g

Protéines : 0 g

Lipides : 0 g

Power Magnesium-Citrat 300 de **Power-Food's J-M.B.**[®] est un citrate de magnésium de 300 mg avec un supplément en vitamine C de 120 mg par ampoule de 25 ml et sans aspartame. Le magnésium est un **minéral** essentiel et un **électrolyte**, qui est stockée de 60 % dans les os et de 30 % dans **les muscles**. Le **magnésium** est responsable en particulier pour l'équilibre entre le système nerveux et les muscles. On se rend compte d'un **manque en magnésium** lorsqu'une **crampe au mollet** se produit pendant la nuit ou après l'activité physique. Avec le **mode de vie** d'aujourd'hui et **les habitudes alimentaires** actuelles, il se peut que les besoins de ce minéral important n'est pas toujours couvert et nos muscles indiquent ceci de diverses façons. Sans **magnésium**, par exemple, notre corps sera incapable d'utiliser les glucides et les graisses dont il a besoin pour l'énergie. Etant donné que notre corps n'est pas dans la mesure de produire le **magnésium** soi-même, il doit être obtenue continuellement par la nourriture. Ceci est, pour de nombreuses personnes-en dépit de la bonne alimentation-difficilement réalisable. Par conséquent, nous recommandons une dose journalière supplémentaire. **Power Magnesium-Citrat 300** est un magnésium organique de haute qualité et particulièrement recommandée à titre de compensation lors de la perte de magnésium par des régimes unilatéraux, des médicaments, le stress, l'alcool, la préparation des aliments (lors de la cuisson des pommes de terre environ 50 % du magnésium seront perdus).

Power Magnesium-Citrat 300 de **Power-Food's J-M.B.**[®] est idéal pour tous, qu'ils soient **athlètes** ou **non-athlètes**, lors des exercices intenses ou des activités physiques, lors de la prévention dans les efforts physiques et musculaires ainsi que pour aider dans les régimes. Dans de nombreux domaines, la couverture des besoins en magnésium peut être une condition préalable importante pour une vie active.



DAA-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Les jours d'entraînement, prendre 5 capsules le matin avec le petit déjeuner et 5 capsules 30 min avant l'entraînement. Les jours de repos, prendre le matin 5 capsules avec le petit déjeuner et 5 capsules le soir avant le coucher. Les athlètes de force et les culturistes peuvent également prendre 5 capsules supplémentaires aux jours de repos juste avant le coucher.

Dosage : Boîte de 300 capsules à 800 mg

Numéro NUT : NUT AS_1626/36

DAA-Force est la nouveauté absolue de **Power-Food's J-M.B®** et fait dors et déjà fureur dans notre sélection de suppléments. **DAA-Force** est un acide aminé naturel appelé acide aspartique du chélate de calcium, celui-ci se trouve dans notre alimentation et il est également produit naturellement par le corps de sorte qu'il devient un excellent outil pour augmenter la production de testostérone masculine sainement.

Les données scientifiques ont démontré que cette substance active de **DAA-Force** augmente avec efficacité chez les hommes en bonne santé et les athlètes à partir de 1-2 semaines d'utilisation régulière, les valeurs de la LH de plus de 30 %, et les niveaux de testostérone de plus de 42 %. Et ce, en raison de l'effet sur la glande pituitaire, **DAA-Force** peut aussi augmenter les niveaux de production de l'hormone de croissance.

Les athlètes obtiennent une énorme croissance en puissance et en performances et le gain de masse musculaire sans graisse est sans précédent. Les athlètes d'endurance et d'art martiaux utilisent **DAA-Force** pour développer plus d'agressivité et donc atteindre de meilleurs résultats lors de l'entraînement ou au cours d'une compétition. **DAA-Force** de **Power-Food's J-M.B®** ne convient qu'aux athlètes qui s'entraînent sérieusement.



ARGININE-FORTE *luxury*



Mode d'emploi :

Les athlètes prennent durant les jours d'entraînement 3 capsules le matin, 3 capsules juste avant l'exercice et 3 capsules le soir avant le coucher.

Les athlètes de force devraient prendre 3 capsules le matin, 3 capsules avant et 3 capsules après l'effort avec un post-workout-shake.

Pour les non-athlètes ou les jours de repos, 1-3 capsules le matin et 1-3 capsules le soir avant le coucher avec un grand verre d'eau.

Arginine-Forte von Power-Food's J-M.B® se compose de l'acide aminé L-arginine contenu dans une alimentation quotidienne riche en nutriments, mais la plupart des gens qui ne se nourrissent pas sainement révèlent un manque de cet acide aminé. **Arginine-Forte** améliore la santé et le bien-être en général, il est donc destiné à tout le monde, athlètes et non-athlètes, c'est un supplément qui stimule le système immunitaire et la production d'hormone de croissance. **Arginine-Forte** provoque aussi une vasodilatation, ce qui présente des avantages pour abaisser la tension artérielle, chez les hommes il permet d'augmenter la libido.

Les athlètes d'endurance tirent de grands avantages de l'**Arginine-Forte** en raison de la meilleure alimentation en oxygène vers le muscle, ce qui est très avantageux pour augmenter les performances. Les culturistes et les athlètes de force utilisent **Arginine-Forte** avant l'entraînement ce qui leur permet un flux de sang positif dans les muscles et augmente l'action de congestion pour atteindre plus de répétitions lors d'entraînements intenses. Ils le prennent en supplément d'un post-workout-shake pour augmenter la production d'insuline et ainsi améliorer le stockage de glycogène dans le muscle, ce qui renforce la croissance musculaire.



Dosage : Boîte de 120 capsules à 1000 mg

Numéro NUT : NUT 1626/22

BETA-ALANINE FORTE *luxury*



Beta-Alanine Forte se combine dans le corps avec l'acide aminé **histidine** pour former le **dipeptide carnosine**. Des études ont démontré que les muscles qui possèdent un taux élevé de **carnosine** ont une plus **grande résistance** et une plus **grande endurance**.

Dans une de nos études, on a découvert que les athlètes prenant en combinaison notre **Beta-Alanine Forte** avec **Power Tri-CreaKick** ont développé plus de muscles et ont perdu en même temps plus de graisse corporelle que d'autres athlètes.

Beta-Alanine Forte est idéalement adapté pour tous les sportifs qui désirent développer leur puissance, leur endurance et ainsi renforcer leurs muscles.

Mode d'emploi :

Prendre les jours d'entraînement, 2-3 capsules avant l'activité, et 2-3 capsules directement après l'exercice. Les jours de repos, 2 ou 3 fois par jour prendre 2 capsules le matin, le midi et le soir avec les repas.



Dosage : Boîte de 120 capsules à 800 mg

Numéro NUT : AS 1626/23



TRIBU-FORCE PLUS *luxury*



Mode d'emploi :

Les jours d'entraînement, prendre 1-2 capsules le matin, 1-2 capsules avant l'exercice et 1-2 capsules le soir avant le coucher. Pour les non-athlètes et pour les personnes en jour de repos, prendre 1-2 capsules le matin, 1-2 capsules le midi et 1-2 capsules le soir avec le repas. **Tribu-Force Plus** peut être idéalement combinée avec d'autres produits de la grande sélection de **Power-Food's J-M.B.**

Les culturistes et les athlètes qui pratiquent la force devraient au moins prendre 3-5 g répartis tout au long de la journée!

Power-Food's J-M.B. dispose avec **Tribu-Force Plus** (vigne de tribulus) l'une des plus fortes doses du **tribulus terrestris** existants avec un **contenu de protodioscine de plus de 40 %** et plus de **90 % en extraits de plante** (les extraits classiques du **tribulus terrestris** ne contiennent que de 1-10 % de protodioscine et un maximum de 40 % d'extraits de plante de cette substance). La nouvelle substance active des **tribulus terrestris** de **Power-Food's J-M.B.** contiennent (au lieu des habituels 500 mg) 750 mg par comprimé.

Tribu-Force Plus stimule et augmente les niveaux naturels de testostérone de manière optimale. L'ingrédient actif (protodioscine) augmente la libération de l'hormone lutéinisante (LH) du pituitaire, la LH stimule directement les testicules pour produire de la testostérone et augmente ainsi la libido. **Tribu-Force Plus** augmente la force, la forme et la masse musculaire. Il améliore également la récupération et la régénération musculaire. Il augmente le bien-être, la vitalité et la motivation.

Tribu-Force Plus est idéal pour tous, que ce soit les athlètes d'endurance, de force ou d'arts martiaux, les non-athlètes, mais aussi pour les personnes d'âge avancé ou présentant un faible niveau de testostérone.



Dosage : Boîte de 60 capsules / poids Net(to) 45 g

T-FORCE V2 *luxury*



Mode d'emploi :

Prendre les jours d'entraînement, 6 capsules 30 minutes avant l'effort ou durant l'activité physique. Les jours de repos, prendre 6 capsules le matin avec le petit déjeuner.

Dosage : Boîte de 144 capsules / poids Net(to) 84,37 g



T-Force V2 de **Power-Food's J-M.B.**® reste l'un des produits les plus populaires de notre gamme, de par sa composition particulière. Elle doit son succès à des années de recherche, maintes fois loué lors de sérieuses expériences pharmaceutiques. C'est l'une des plus fortes doses de substances de **Tribulus Terrestris** de tout le marché avec un contenu de **protodioscine de plus de 40 %** et plus de **90 % d'extrait végétal**. Etant donné que le **tribulus terrestris** augmente l'efficacité du maintien de **dihydrotestostérone (DHT)**, il joue un rôle important dans la formation des globules rouges (érythropoïèse), et améliore donc l'apport d'oxygène dans le corps, augmentant considérablement la récupération, la force, la croissance musculaire, mais aussi les fonctions sexuelles telles que l'augmentation de la libido. Compte tenu des composants supplémentaires tels que l'**avena sativa** (agissant en tant qu'agents **anti-cataboliques**), l'**acétyl-L-carnitine** (augmente la **combustion des graisses**), le **magnésium**, le **zinc** couplé à la **vitamine B6** (augmentation de la production des hormones de croissance), le **ginseng**, la **cystéine acétylique** et la **vitamine C** (améliore le système immunitaire et le bien-être), **T-Force V2** est clairement un produit d'une classe supérieure et un must pour tous, que ce soit en sport ou pour tout autres activités physiques.

T-Force V2 est tout simplement le meilleur supplément pour améliorer les performances à tous les niveaux, excellent pour la croissance musculaire et pour le développement de la force.



METHOSTAK-FORCE V3 *luxury*



Mode d'emploi :

Lors des jours d'entraînements, prenez 3 capsules au petit-déjeuner et 3 capsules avant l'activité physique. Lors des jours de repos, prenez 3 capsules au déjeuner et 3 capsules au dîner.

Pour les athlètes avancés ou de compétition, prenez, lors des jours d'entraînement 3 capsules le matin, 3 capsules avant le sport et 3 capsules le soir au dîner. Lors des jours de repos, prenez 3 capsules le matin, 3 capsules le midi et 3 capsules le soir pendant les repas.

Dosage : Boîte avec 180 capsules / poids Net(to) 127,49 g



Power-Food's J-M.B® a amélioré la formule de son prédécesseur **Methostak-Force V3** et l'a augmenté avec le nouveau, à haute-dose, **Tribulus terrestris**, qui contient une **teneur Protodioscin de plus de 40 % et plus de 90 % d'extraits de plantes**. La nouvelle **Methostak-Force V3** est un extrait d'herbes fines avec 4 différentes substances, qui stimulent les différents niveaux de testostérone naturellement et aide ainsi d'augmenter la puissance, la force, l'endurance et la masse musculaire. En outre, la récupération est accélérée.

L'addition de **D-aspartique calcium acide chélate d'acide** (un acide aminé) va augmenter, chez les hommes en bonne santé et les athlètes, la concentration d'hormone lutéinisante par **plus de 30 %** et le taux de testostérone de **plus de 42 %** déjà après 1-2 semaines d'utilisation régulière. Un effet accru sur l'hypophyse peut en outre augmenter la production naturelle d'hormones de croissance. Cela empêche la dégradation musculaire, diminue le cortisol élevé (hormone du stress), augmente le volume du muscle, la force musculaire et l'endurance.

L'ajout de la **racine de maca**, appelé racine comestible qui pousse dans les Andes en Amérique du Sud et qui est ponctué de nombreux acides aminés, de bons gras, vitamines et minéraux, stimule l'énergie, la bonne humeur, le système immunitaire, l'endurance, la vitalité et même le désir sexuelle. L'ajout de **Rhodiola rosea**, appelé aussi rhodiola, stimule de plus le système immunitaire et agit comme un antioxydant puissant, qui humidifie légèrement la douleur.

Nos études pharmaceutiques ont montré que le **Methostak-Force V3** de **Power-Food's J-M.B®**, est un des produits le plus idéal et le plus fort entre les suppléments, car sa composition améliore significativement la synthèse des protéines, causant que la masse musculaire peut augmenter jusqu'à 7 % déjà après une courte période et que la perte de graisse peut augmenter jusqu'à 16 %. En outre, nous avons constaté une augmentation énorme de force et l'endurance (jusqu'à 89 %)

Methostak-Force V3 de **Power-Food's J-M.B®** est le point culminant des suppléments et de plus en plus recommandé par des athlètes renommés dans tous les sports de haut niveau.

ENERGY-FORCE *luxury*



Mode d'emploi :

Prenez 1-2x par jour si nécessaire 2 capsules, de préférence le matin avec le petit-déjeuner ou avant l'entraînement et durant l'activité physique.

Dosage : Boîte de 90 capsules / poids Net(to) 63 g

Energy-Force de **Power-Food's J-M.B®** contient de la **triméthylxanthine** plus connue sous le nom de la **caféine** qui est contenue dans les plantes comme le café, le thé et le maté.

Elle combat les symptômes tels que la fatigue et vous permet de rester éveillé et attentifs, elle a la capacité de libérer les acides gras insaturés des dépôts de graisse du corps, elle augmente la force et la tension musculaire mais aussi l'intensité des activités dans les sports et prolonge les effets de diverses substances. Le supplément de **taurine**, qui est un **acide aminé** ayant un effet antioxydant sur le cœur, a un impact énorme sur l'endurance, abaisse la pression artérielle et le cholestérol, améliore la santé mentale et dilate les cellules.

Notre **Energy-Force** de **Power-Food's J-M.B®** est un **booster exceptionnel** qui se compose de **caféine** et de **taurine** dans une combinaison spéciale qui possède un effet fortement stimulant. Il augmente très rapidement l'énergie et l'endurance tout comme la santé mentale et réduit les symptômes de fatigue (il a un léger effet diurétique et en même temps permet de brûler les graisses lors de régimes pauvres en glucides). **Energy-Force** est adapté pour tous les athlètes et les non athlètes qui désirent améliorer leurs performances physiques et mentales.



J-M.B[®] SPORTS COLLECTION

La **J-M.B[®] Sports Collection**, destinée aux femmes et aux hommes, propose une large gamme de **vêtements de sport et de loisirs**.

Notre collection se distingue par :

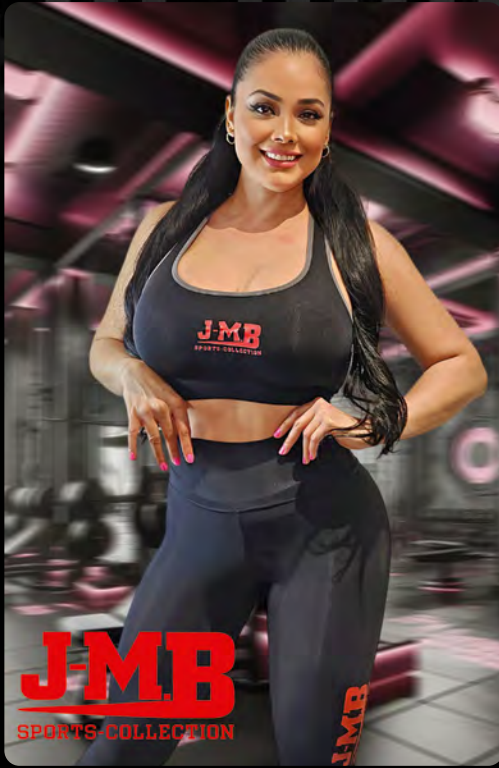
- des **matériaux de haute qualité**
- un **excellent confort de port**
- un **design moderne et fonctionnel**, adapté au sport comme à la vie quotidienne

Découvrez l'ensemble des modèles et des couleurs de notre **J-M.B[®] Sports Collection** dans notre magasin ou dans notre boutique en ligne : www.powerfoodsymb.com/shop









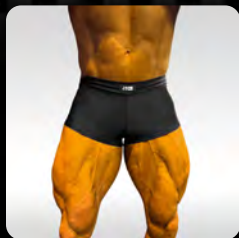


POWER-FOOD'S J-M.B.[®] COLLECTION

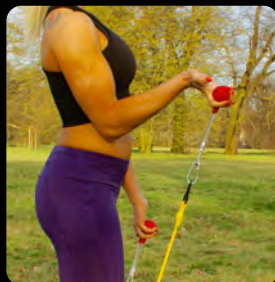
La Power-Food's J-M.B.[®] Collection, destinée aux femmes et aux hommes, propose une large gamme de vêtements de sport pour Body et Fitness.



Articles de compétition Tanning / Posing



nongripballZ®



Nous proposons également des **formations et perfectionnements certifiés**.

Devenez **entraîneur nongripballZ® Sport ou Physio** avec un diplôme certifié et développez votre carrière dans le domaine du sport et de la santé.

Nous proposons également :

- des cours diplômés nongripballZ®
- des cours en groupe
- du coaching privé dans notre studio privé

(toutes les offres sur demande)

N'hésitez pas à prendre rendez-vous pour bénéficier d'un **conseil professionnel personnalisé**.



MERCHANDISING & ÉQUIPEMENTS

Nous proposons également un vaste programme de **produits et équipements sportifs**, notamment :

- vêtements de sport et de loisirs
- équipements et accessoires d'entraînement
- équipements de boxe et d'arts martiaux
- matériel pour studios de fitness privés ou professionnels

De nombreux autres produits sont disponibles dans notre magasin ou sur notre site : www.powerfoodsymb.com





Et bien plus
encore sur
www.powerfoodsjmb.com

MAGASIN

Dans notre magasin situé à **Kahler**, vous trouverez sur plus de **300 m²** une large sélection de l'ensemble de notre gamme de produits.

Vous y découvrirez notamment :

- compléments alimentaires et nutrition sportive
- produits **bio**, **végétariens** et **véganes**
- protéines liquides
- alternatives végétales au lait
- riz, pains, pâtes et bien d'autres produits nutritionnels

Au **premier étage**, vous avez également la possibilité d'essayer différents **appareils de fitness pour particuliers ou salles de sport** et de bénéficier de conseils professionnels.

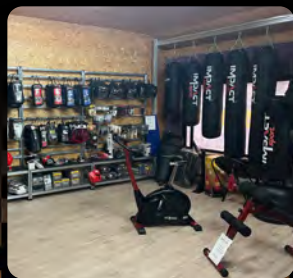
Nos produits sont disponibles 24h/24 et 7j/7 dans notre boutique en ligne : www.powerfoodsymb.com



Power-Food's J-M.B® s.à.r.l.

25A, rue Principale
L-8376 Kahler

Tel.: +352 / 26 50 33 77
info@powerfoodsymb.com
www.powerfoodsymb.com



Revendeur