

Kompleksowy produkt proteinowy FOHERB

Serwatka + soja = szybkie i
długotrwałe uczucie sytości



Budulec dla kolagenu,
włosów i skóry

Skuteczna kontrola
masy ciała bez utraty
masy mięśniowej

Historia Mikołaja

«Zawsze uważałem się za osobę, która dobrze zna się na odżywianiu. Czytam książki, śledzę trendy i wiem, że białko to podstawa. Byłem fanem białka. Jadłem kurczaka i twaróg na śniadanie, obiad i kolację. Kupowałem drogi proteinowy preparat serwatkowy, żeby «zamknąć okno białkowe» po treningu. Ale im więcej jadłem, tym dziwniej zachowywało się moje ciało.

- **Waga:** mój brzuch stale był ciężki. Czasami zaczynałem odczuwać wzdęcia. Myślałem: „No cóż, to cena masy mięśniowej”.
- **Odporność:** przeziębiałem się. Choć odżywiałem się „prawidłowo”, mój układ odpornościowy cierpiał.
- **Zmęczenie:** niespodziewane. Samo białko nie dawało mi energii. Trudno było mi wstawać rano. W ciągu dnia pojawiały się spadki energii po obiedzie, jakbym zjadł biały chleb.

Znalazłem się w ślepym zaułku. Zrozumiałem, że jem wysokiej jakości białko, ale ono nie daje mi jakościowej energii. Zacząłem się zastanawiać: „Może po prostu nie potrafię trawić białka? Może muszę zmienić swój metabolizm?”. Potem porozmawiałem z dietetykiem specjalizującym się w żywieniu wschodnim. I pokazał mi mój główny błąd.

Powiedział: „**Dajesz swojemu ciału dużo. Ale dajesz mu surowe białko, które obciąża układ trawienny. Otrzymujesz 50% korzyści i 50% obciążenia dla przewodu pokarmowego. To nie «odżywia» organizmu. To «wychładza» go na poziomie komórkowym, ponieważ nie dostarcza mu tego, czego naprawdę potrzebuje: zrównoważonego odżywienia wszystkimi aminokwasami,**

I wtedy zrozumiałem: potrzebowałem nie tylko „białka”, ale pełnowartościowego, zbilansowanego kompleksu, który nie będzie zmuszał organizmu do nadmiernej pracy, aby go przyswoić. Potrzebowałem rozwiązań, które wspierałoby odporność i metabolizm, a nie tylko bicepsy.»

Dylemat białka: pełnowartościowo czy na próżno?

Prawdopodobnie już wiesz, że białko to podstawa życia. To budulec mięśni, hormonów, komórek odpornościowych, enzymów i piękna.

Starasz się włączać do swojej diety trochę białka: kurczaka, jajka, twaróg. Być może kupujesz nawet koktajle proteinowe.

Ale oto gorzka prawda: większość białka, które spożywasz, nie jest dla Ciebie odpowiednia.

Dlaczego?

1. **Niepełny skład:** większość białek roślinnych (ryż, groch) nie zawiera wszystkich 9 niezbędnych aminokwasów, których organizm nie potrafi syntetyzować. Są one „niepełne”.
2. **Powolne trawienie:** białko serwatkowe jest wartościowe, ale często trudno je strawić, szczególnie jeśli masz nietolerancję laktozy lub wrażliwy przewód pokarmowy. Obciąża układ trawienny.
3. **Odstępstwa od trybu życia:** jeśli jesteś wegetarianinem, uprawiasz aktywnie sport, jesteś osobą starszą albo po prostu żyjesz w ciągłym pośpiechu, prawdopodobnie nie otrzymujesz wystarczającej ilości wysokiej jakości „materiału budulcowego”. Organizm żyje w deficycie.

Objawy niedoboru białka:

- **Zmęczenie i obniżony tonus** (brak sił do regeneracji).
- **Słaba odporność** (za mało materiału dla komórek ochronnych).
- **Wiotczenie skóry i spowolniony wzrost mięśni** (niedobór białka).
- **Zaburzony metabolizm** (brak enzymów i hormonów).

Przestań karmić swoje ciało „porcjami”. Czas dać mu „idealną równowagę”.

Potrzebujesz nie po prostu „dużo” białka. **Potrzebujesz zbilansowanego, łatwo przyswajalnego i w 100% pełnowartościowego budulca**, który pracuje dla każdej komórki Twojego ciała, a nie tylko dla Twoich bicepsów.

Przestań karmić swoje ciało „porcjami”. Czas dać mu „idealną równowagę”.

Potrzebujesz nie po prostu „dużo” białka. Potrzebujesz zbilansowanego, łatwo przyswajalnego i w 100% pełnowartościowego budulca, który pracuje dla każdej komórki Twojego ciała, a nie tylko dla Twoich bicepsów.



Formuła FOHERB: trzy źródła, idealna synteza

Kompleks białkowy FOHERB to nie pojedynczy produkt. To synergiczny kompleks, który łączy najwyższej jakości źródła białka oraz funkcjonalne dodatki dla maksymalnego przyswajania.

1. Dwufazowy kompleks białkowy (zwierzęcy + roślinny)

Rozwiązaliśmy problem „niepełnowartościowości”, łącząc dwa najlepsze źródła:

Składnik	Korzyść	Funkcja
Białko serwatkowe (koncentrat)	Wysoka wartość biologiczna, bogate w leucynę (kluczowy aminokwas dla wzrostu mięśni).	Szybka regeneracja po treningach, wspiera budowę masy mięśniowej
Izolat białka sojowego	Pełny profil niezbędnych aminokwasów, bogaty w argininę i glutaminę (wspiera odporność i detoksykację)	Długotrwałe odżywianie , wsparcie układu odpornościowego i trawienego

Twój rezultat: otrzymujesz wszystkie 20 aminokwasów, w tym 9 niezbędnych, w idealnej proporcji. Białko serwatkowe daje szybki start, a białko sojowe — długotrwałe uczucie sytości i stabilne odżywienie. To w 100% pełnowartościowe, wysokiej jakości białko.

2. Sekretny składnik: kompleks błonnika pokarmowego

W przeciwieństwie do „czystych” białek, które mogą obciążać przewód pokarmowy, FOHERB dba o trawienie:

- **Inulina (prebiotyk):** odżywia korzystną mikroflorę jelitową, poprawia przyswajanie składników odżywczych.
- **Psyllium (łuska nasion babki płesznik):** delikatnie oczyszcza jelita, łagodzi zaparcia, wspiera zdrowie przewodu pokarmowego.
- **Fruktooligosacharydy (FOS):** poprawiają przyswajanie wapnia i innych minerałów.

Twój rezultat: białka nie tylko się przyswajają. Wpływają także na zdrowie jelit, które jest kluczem do silnej odporności i dobrego nastroju. Bez wzdęć, ciężkości i dyskomfortu.

3. Naturalna baza

Jako bazę wykorzystujemy mąkę kukurydzianą i owsianą — naturalne, wolne węglowodany, które dostarczają energii, nie powodując gwałtownych skoków poziomu cukru we krwi. Produkt ma bogaty i przyjemny smak, bez szkodliwych dodatków chemicznych.

5 mierzalnych korzyści kompleksu FOHERB

To nie jest zwykły suplement diety. To codzienna „biologiczna odnowa” Twojego organizmu, którą poczujesz już po pierwszym tygodniu.

1. Pełne wzmocnienie układu odpornościowego

Białko to broń Twojego układu odpornościowego: przeciwciała, cytokiny. Połączenie białka serwatkowego i sojowego, bogatych w glutaminę, zapewnia natychmiastowe i długotrwałe odżywienie komórek odpornościowych.

- **Rezultat:** rzadziej chorujesz, szybciej wracasz do zdrowia i łatwiej przechodzisz sezonowe infekcje oraz okresy zwiększonego obciążenia organizmu.

2. Kontrola masy ciała i wsparcie metabolizmu

Białko dłużej się przyswaja, zapewniając długotrwałe uczucie sytości. Wysoka zawartość leucyny w serwatce chroni mięśnie podczas redukcji masy ciała, a błonnik normalizuje pracę jelit i przyspiesza metabolizm.

- **Rezultat:** łatwiej kontrolujesz apetyt, tracisz tłuszcz, a nie masę mięśniową.

3. Zdrowy układ sercowo-naczyniowy

Białko sojowe tradycyjnie stosuje się w celu wspierania zdrowia serca. Pomaga regulować poziom lipidów we krwi i wspiera elastyczność naczyń krwionośnych.

- **Rezultat:** zmniejszenie ryzyka problemów związanych z cholesterolem i chorobami sercowo-naczyniowymi.

4. Piękno od wewnątrz

Białko jest niezbędne do syntezy kolagenu i keratyny. Odpowiednie codzienne spożycie pełnowartościowych białek zapewnia:

- **Rezultat:** zdrową, elastyczną skórę, mocne paznokcie i włosy. Wyglądasz młodziej i świeżej.

5. Maksymalna energia i wytrzymałość

Białko to nie tylko budulec, ale także źródło czystej, stabilnej energii. W przeciwieństwie do węglowodanów nie powoduje „cukrowych zjazdów”.

- **Rezultat:** znika chroniczne zmęczenie. Czujesz się pełen energii i produktywny przez cały dzień.

Twój wybór: zwykły posiłek albo upgrade do systemu „all inclusive”

Możesz nadal odżywiać się „jak wcześniej”, mając nadzieję, że organizm sam poradzi sobie z deficytem. Ale znasz już cenę: zmęczenie, słaba odporność, spowolniony metabolizm.

Albo możesz wybrać **kompleksowe, naukowo uzasadnione rozwiązanie**, które gwarantuje, że Twój organizm otrzyma **wszystkie 20 aminokwasów**, w tym 9 niezbędnych, w wygodnej i biodostępnej formie

FOHERB: białko dla całej rodziny

Kompleksowy produkt proteinowy FOHERB idealnie sprawdzi się dla:

- **Rodziców:** dla wsparcia zdrowia naczyń krwionośnych, odporności oraz walki z wiekową utratą masy mięśniowej (sarkopenią).
- **Dzieci i nastolatków:** dla prawidłowego wzrostu i rozwoju, szczególnie w okresach aktywności i nauki.
- **Sportowców:** dla szybkiej regeneracji i budowy masy mięśniowej.
- **Osób z wrażliwym układem trawiennym:** kompleks prebiotyczny nie powoduje dyskomfortu i jest łatwo przyswajalny.

To nie jest zwykłe odżywianie sportowe. To pełnowartościowy, funkcjonalny produkt, który uzupełnia największy deficyt współczesnej diety — brak wysokiej jakości, pełnowartościowego białka.

Koniec z „głodem białkowym” i zmęczeniem.

Zainwestuj w najważniejszy budulec swojego ciała. Zaczynj dostarczać swoim komórkom **idealną równowagę** niezbędną dla zdrowia, odporności i długowieczności.

Uczyń kompleks proteinowy FOHERB swoją codzienną rutyną. Bo Twoje zdrowie to nie przypadek, ale rezultat właściwego wyboru.

Doświadczenia użytkowników

Spirulina, herbata, proteinowy kompleks i wkładki — używając tylko tych produktów, moja ciocia od razu schudła 8 kg, a obwody zmniejszyły się w ciągu około 2–3 tygodni. Wizualnie było to bardzo zauważalne.

Wagę utrzymywała przez kilka lat, a schudnięcie było dla niej trudne. Sauna Ba-Gua — 1 zabieg.

A jeśli korzystać z sauny chociaż 2 razy w tygodniu, rezultat będzie jeszcze lepszy 🔥 🔥 🔥