

Programme fidélité

POUR VOUS: sur chaque commande

À CHAQUE COMMANDE :

Une partie du montant de chaque commande est reversée sur votre compte récompense. Ce compte vous permettra de vous offrir les produits de la boutique (et non des cadeaux ou des échantillons de produits).

Votre compte récompense vous permet de faire des économies toute l'année!

Votre accès à la santé est facilité. Vous bénéficiez d'une complémentation de qualité sur le long terme, gage de résultats durables.

Votre fidélité nous donne de la visibilité sur l'activité de NUTRIPURE. Nous négocions mieux nos achats (les bonnes matières premières sont toujours plus chères!) et votre satisfaction se pérennise.

Tutoriel d'utilisation sur le site sur la page «Programme Fidélité» et dans votre espace client rubrique «Récompenses».

Parrainage

Soyez récompensé en parrainant vos amis ou votre famille

POUR VOUS:

sur la 1ère commande de votre filleul (crédité)

POUR VOTRE FILLEUL:

de remise sur sa première commande

Comment parrainer:

Récupérez votre code «parrainage» dans votre espace client et communiquez le à vos filleuls.

Les filleuls devront renseigner ce code de parrainage à la création de leur compte.

Mon code de parrainage est :

Votre code est disponible dans votre espace client sur nutripure.fr puis rubrique «programme de parrainage».

LES **FONDATIONS** DE LA SANTÉ

PRATIQUER LES FONDATIONS DE LA SANTÉ

Dans « Santé et Nutrition », nous vous expliquons que les compléments ne sont que... des compléments! Vos fondations pour rester en bonne santé sont fondées sur l'application quotidienne de 5 principes fondamentaux :



MIEUX **DORMIR**

MIEUX **RESPIRER**

MIEUX **PENSER**

MIEUX BOUGER

Bouger plus dans la journée, bouger de façon plus respectueuse de son corps et pratiquer une activité sportive éauilibrée

En méditant et en changeant la façon dont nous appréhendons les choses et les situations de la vie

MANGER

En respectant 7 facteurs fondamentaux:

- l'équilibre intestinal et immunitaire,
- l'équilibre glycémique,
- l'équilibre hormonal,
- l'équilibre énergétique,
- l'équilibre acido-basique,
- · l'équilibre antioxydant,
- l'équilibre émotionnel

En agissant un peu tous les jours sur ces 5 facteurs, vous allez améliorer grandement votre santé. Les compléments alimentaires vont compléter l'application de ces principes santé de base.

PRATIQUER LE JEÛNE INTERMITTENT

Ce livre offre une approche raisonnée du Jeûne intermittent. Nous vous expliquons l'intérêt et les différentes pratiques du jeûne intermittent, la préparation physique, la pratique sportive durant le jeûne, l'alimentation cétogène, les compléments alimentaires. Vous comprendrez l'impact du jeûne intermittent sur la santé, la longévité et la perte de poids.



POURQUOI UTILISER DES COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES?



CINO RAISONS MAJEURES PERMETTENT DE COMPRENDRE L'UTILITÉ DE LA PRISE DE **COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES:**

Une perte de qualité nutritionnelle des aliments

Les recherches et analyses actuelles sur les aliments que nous consommons dans notre alimentation révèlent qu'ils sont de moins en moins capables de couvrir tous nos besoins en vitamines et minéraux avec une perte de qualité nutritionnelle liée à la culture intensive (appauvrissement des sols en minéraux et récoltes précoces).

Or, des déficits, même minimes, finissent par perturber le bon fonctionnement de l'organisme et nous rendent plus vulnérables.

Des besoins physiologiques de plus en plus importants

La société s'accélère, le monde va trop vite et nous sommes «hyper connectés». 2017/2018 auront été des années charnières car de nombreuses études scientifiques commencent à montrer clairement l'impact négatif de cette accélération, de cette hyperproductivité, hyperconnectivité sur notre organisme : augmentation du stress, augmentation de l'anxiété, augmentation des cas de «syndrome d'épuisement professionnel» (burn out) et fatique chronique etc.

Là aussi, notre corps fait ce qu'il peut pour se régénérer et s'adapter. Dormir plus et mieux, méditer et prendre le temps de respirer, faire des pauses font partie des solutions expliquées dans le livre Santé et Nutrition.

Cependant, la qualité du sommeil de notre métabolisme énergétique, la faculté à nous relâcher, à nous sentir bien mentalement dépendent également de nutriments clés (magnésium, vitamines du groupe B, oméga 3...), qui conditionnent la fabrication de molécules importantes et fonctionnent en synergie avec le reste du corps.

Une pollution de plus en plus importante, des aliments dénaturés Nous évoluons dans un monde de plus en plus pollué. Cette pollution impacte directement les aliments et l'eau que nous consommons (mercure, pesticides, perturbateurs endocriniens en tout genre), ainsi que l'air que nous respirons. L'ajout de colorants, d'excipients et de conservateurs chimiques pour satisfaire les besoins de productivité et de rentabilité de l'industrie agroalimentaire dénature les aliments.

Ignorées il y a 20 ans, minimisées il y 10 ans, au cœur des débats publics

Des pratiques sportives déraisonnées et/ou un excès de travail manuel

De nombreuses personnes tentent de lutter contre les effets évoqués en se recentrant sur leur corps tout en profitant des effets anti-stress et relaxant d'une pratique sportive.

Mais souvent, la pratique sportive devient excessive ou compulsive.

Paradoxalement cet excès de sport augmente encore plus les besoins tant en qualité qu'en quantité de l'ensemble des macros et micronutriments (protéines,

glucides autour et durant l'effort, vitamines, minéraux, etc) et ce d'autant plus que les objectifs sportifs sont ambitieux.

BCAA, collagène, glycine, citrulline, Oméga 3,

et en réparant les dégâts occasionnés par les polluants. Pour accomplir cette mission, le corps doit disposer des bons outils et en quantité suffisante. C'est le rôle des micronutriments comme les vitamines, les minéraux, les oliquéléments ou encore certaines molécules protectrices issues des plantes, des fruits et des légumes. D'où l'importance d'une alimentation de qualité.

aujourd'hui, ces différentes pollutions impactent l'organisme de facon profonde car elles agissent par effet cocktail avec des répercussions sur notre santé. Face à cette pollution, notre organisme se défend comme il peut en éliminant

Une baisse d'efficacité du fonctionnement du corps lié à l'âge

Enfin le fonctionnement de l'organisme tend à devenir moins efficient à mesure que nous avançons dans l'âge ce qui requiert des apports plus importants et mieux ciblés afin de compenser le vieillissement.





La démarche de NUTRIPURE est honnête, sans fausse promesse : vous inciter à reprendre de bonnes habitudes alimentaires puis vous accompagner dans cette démarche par la prise de compléments. Et non **l'inverse!** Vous ne trouverez pas d'ingrédient miracle chez NUTRIPURE!

Nos valeurs sont issues du sport de haut niveau. Nous sélectionnons les meilleures matières premières sur leur qualité et leur pureté quitte à ne rien proposer en cas de doute. Nous avons bannis tous les ingrédients cachés et nocifs. Nos gélules sont issues du tapioca fermenté.

NUTRIPURE conçoit et fabrique en France des compléments nutritionnels à l'efficacité prouvée quelque soit votre âge, que vous soyez sportif ou non.

La gamme couvre les besoins de personnes souhaitant rester en forme au quotidien, lutter contre des problèmes d'articulations, réduire leur stress ou leur fatique chronique, s'affiner, augmenter leurs performances sportives et prendre du muscle.

Notre ambition: remettre le consommateur au centre du projet en proposant des aliments sains, bio et à haute valeur nutritionnelle! Des produits bénéfiques pour votre santé, issus des meilleures matières premières : avec Nutripure, prenez soin de vous!

En 2021, Nutripure a développé la livraison verte pour limiter son impact carbone. Ce mode de livraison écologique permet d'optimiser le remplissage des camions lors de l'expédition des commandes.















L'EXIGENCE DU SPORT DE HAUT NIVEAU **AU SERVICE DE LA SANTÉ DE TOUS**

Comme nous, vous en avez eu assez de ne pas savoir ce que vous consommiez. Alors nous avons décidé de contribuer au changement. Malheureusement, peu de laboratoires se sont engagés dans cette voie car elle est plus contraignante et elle diminue les rendements. Voilà ce qui nous rend unique:

✓ QUALITÉ: La qualité est le critère n°1 dans le choix des matières premières. Elles sont Bio à chaque fois que cela est possible. Des experts analysent les études scientifiques disponibles afin de choisir les principes actifs utilisés, leur dosage et leur durée d'utilisation : cela permet d'assurer l'efficacité des formulations.

PURETÉ: Nous proposons des produits purs, sans édulcorants ou adjuvants chimiques (OGM, nanoparticules, dioxyde de silice ou de titane, cellulose microcristaline, stéarate de magnésium) que l'industrie agro alimentaire a pris l'habitude de saupoudrer un peu partout pour augmenter les rendements.

TRANSPARENCE: Nous n'avons rien à cacher, au contraire! Nous sommes fiers des matières premières que nous utilisons: Vous pouvez consulter en toute transparence le nom des fabricants sur le site.

✓ TRAÇABILITÉ : Un circuit de distribution court et vertical nous permet d'assurer une traçabilité complète de nos produits. Vous retrouverez dans chaque fiche produit l'origine du lot en cours et les contrôles microbiologiques effectués durant toutes les étapes de préparation. Bien que non obligatoires, ces analyses permettent de confronter les valeurs indiquées par nos fournisseurs avec nos propres mesures.

FABRICATION FRANÇAISE: La production est française (région toulousaine principalement) et les standards de qualité sont reconnus (processus de fabrication certifiés HACCP et ISO 22000).

✓ ECO-CONCEPTION: La gamme est dores et déjà 100% recyclable. Nous allons aller encore plus loin en 2022 sur l'éco conception de nos emballages : objectif 0% impact carbone!

✓ PRIX : L'achat direct des matières premières limite les marges inutiles de nombreux intermédiaires. C'est le même principe pour la distribution. La vente en ligne supprime les intermédiaires entre vous et nous! Enfin, nous avons choisi de limiter nos marges et de miser sur le bouche à oreille!

QUALITE, PRIX & TRANSPARENCE: COMMENT FAISONS NOUS?



MAROUE CLASSIOUE



NOS CHAMPIONS



Christophe CARRIO, 46 ans Ouintuple champion du monde de Karaté artistique - Fondateur de Nutripure



Amandine BUCHARD, 26 ans Vice championne Olympique de Judo (2021) à Tokyo



Wilhem BELOCIAN, 26 ans Double champion de France du 100m haies (2019 et 2020) et Champion d'Europe du 60m haies (2021)



Noé SOBESKY, 25 ans Champion en équipe Battle of the year (2017-2018)



Pauline COATANEA, 28 ans Championne Olympique de Handball (2021) à Tokyo



Thomas GOYARD, 29 ans Vice champion Olympique de Planche à voile (2021) à Tokyo



Jean QUIQUAMPOIX, 26 ans Champion Olympique au Pistolet 25 m tir rapide (2021) à Tokyo



Sophie DUARTE, 40 ans Record de France du 3 000 m steeple depuis 2009



Antoine BRIZARD, 27 ans Champion Olympique de Volleyball (2021) à Tokyo



18eme à l'UTMB, Sommet Mondial du Trail

(2021) à Chamonix

Charlotte LEMBACH, 33 ans Vice championne Olympique de Sabre par équipe (2021) à Tokyo

SPORTIFS DE HAUT NIVEAU:

Vous préparez les J0 ou des championnats du Monde?

Contactez-nous: qaetan@nutripure.fr



LES ALIMENTS À PRIVILÉGIER DANS SON ASSIETTE

MES PROTÉINES

- Boeuf Bio
- Viande blanche
- Petits poissons gras (Sardines, maquereau)
- Coquillages
- Crustacés
- Algues
- Whey Isolat / Whey Bio / Protéine Végétale Bio

MES GRAISSES

- Huile d'olive / olive
- Huile de colza
- Avocat
- Huile de lin
- Huile de coco Bio
- Ghee Bio
- Amandes
- Noix de cajou
- Noisettes / Noix
- Graines de chia
- Omega 3
- Huile de Bourrache Bio

MES GLUCIDES

Poudre de Patate douce Bio

- Patate douce
- Sarrasin
- Riz basmati
- Flocons d'avoine
- · Lentilles trempées
- · Pois chiches trempés

MES FRUITS ET LÉGUMES

- Graines germées
- Champignons
- · Brocoli/chou fleur
- Asperge
- Pissenlit
- · Courgette
- Betterave
- Carotte
- · Ail, oignon
- Concombre
- Salade/ mâche
- Tomate
- Fraise
- Orange
- Framboise
- Citron
- Pamplemousse

MES COLLATIONS

- Barres crues & Bio
- 🕸 Granola Bio
- Porridge Bio







RECETTES SUCRÉES



PANCAKES PROTÉINÉS

INGRÉDIENTS

- 1/2 banane écrasée
- 120ml de lait végétal
- 50g de flocons d'avoine réduits en farine
- 20g de PROTÉINES VÉGÉTALES NUTRIPURE
- 1 cuillère à café de cannelle
- 1 cuillère à café de sucre de coco
- 1 cuillère à café de vinaigre de cidre
- 1 cuillère à café de bicarbonate
- Toppings: ici yaourt coco à la grecque, banane, fèves de cacao, sirop de coco.

PRÉPARATION

- Mélanger tous les ingrédients jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
- Faire cuire sur les deux faces.
- Ajouter vos toppings

MERCI @fannisme_



SMOOTHIE BOWL CHOCOLAT

INGRÉDIENTS

- 1 banane congelée
- 15g de PROTÉINES VÉGÉTALES NUTRIPURE
- 3 dosettes d'ARÔME NOISETTE NUTRIPURE
- 5g de cacao
- 120ml de lait d'amande
- Toppings: PURE GRANOLA CHOCO NUTRIPURE, fruits de saison, pépites de chocolat.

PRÉPARATION

- Mixer tous les ingrédients jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux.
- · Verser dans un bol.
- · Aiouter les toppings.

MERCI @fannisme_

SWEET CAKE À LA PATATE DOUCE

INGRÉDIENTS

- 120g de FARINE DE PATATE DOUCE NUTRIPURE
- 1/2 sachet de levure
- 2 œufs bio
- 90g de compote sans sucre ajouté
- 5g de sucre de coco
- 30g de GHEE NUTRIPURE
- 60ml de lait végétal
- 60g de pépites de chocolat

PRÉPARATION

- Mélanger tous les ingrédients dans l'ordre jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène.
- Verser la pâte dans un moule recouvert de papier cuisson.
- Faire cuire 30 min à 180°C.







PORRIDGE VANILLE

INGRÉDIENTS

- 50g de PURE PORRIDGE POMME CANNELLE NUTRIPURE
- 100ml d'eau ou de lait végétal
- Miel
- 2 dosettes d'ARÔMF VANILLE NUTRIPURE
- Noix
- · Beurre de cacahuète

PRÉPARATION

- Faire bouillir l'eau (ou le lait végétal) puis y ajouter un peu
- Incorporer le Pure Porridge et laisser gonfler à feu doux en remuant régulièrement.
- Retirer du feu quand la texture vous plaît.
- Dresser le porridge avec une généreuse cuillère de beurre de cacahuète et quelques noix en topping.

MERCI @charlie.arsan



RECETTES SALÉES



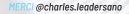
GALETTES DE THON

INGRÉDIENTS

- 50g de flocons d'avoine
- 100g de thon
- 2 œufs bio
- HUILE DE COCO NUTRIPURE pour la cuisson
- · Herbes et épices

PRÉPARATION

- Dans un bol mélanger avec un fouet le thon, les oeufs, les flocons d'avoine, les herbes, les épices et poivrer.
- · Former des galettes.
- Faire cuire les galettes dans une poêle chauffée à l'huile de coco, 2 à 3 minutes par face pour les faire dorer.







TORTILLAS À LA PATATE DOUCE

INGRÉDIENTS POUR 2 TORTILLAS MOYENNES

- 120g de FARINE DE PATATE DOUCE NUTRIPURE
- 150g de purée de patate douce
- 1 cuillère à soupe de fromage blanc

PRÉPARATION

- Mélanger les ingrédients et pétrir au robot (ou à la main). Former ensuite 2 boules de pâte.
- Fariner une feuille de papier cuisson, déposer votre première boule, la recouvrir de farine et l'étaler en veillant à garder 3 à 5 mm d'épaisseur. Attention, si vos tortillas sont trop fines elles risquent d'être sèches!
- Déposer délicatement la tortilla dans une poêle bien chaude légèrement huilée et cuire 1 à 2 min par face.
- Renouveler l'opération avec la boule de pâte restante. Garder la tortilla déjà cuite sous un torchon pour conserver son moelleux.
- · Garnir selon vos envies.

MERCI @Opheliegrd_nutrition

TARTE AUX TOMATES

INGRÉDIENTS POUR LA PÂTE BRISÉE

- 100g de **Farine de Patate douce nutripure**
- 100g de poudre d'amandes
- 2 œufs bio
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 pincée de sel
- Basilic frais

GARNITURE

- 6/8 tomates
- 60g de chèvre, ici demi frais
- Moutarde
- · Basilic frais

PRÉPARATION

- Préchauffer le four à 190°C.
- Déposer tous les ingrédients de la pâte dans un robot et mixer jusqu'à obtenir une boule.
- Fariner la plan de travail et vos mains, puis déposer la boule.
- Étaler la pâte à l'épaisseur et au diamètre souhaité.
- Déposer la pâte dans le moule à tarte.
- Étaler la moutarde sur le fond de la tarte.
- Découper les tomates en rondelles et les répartir sur la moutarde.
- Émietter le chèvre sur les tomates puis déposer le basilic.
- Faire cuire 30 min à 190°C.

MERCI @lily.cook_paleo





CAKE SAUMON ET BROCOLIS

INGRÉDIENTS

- 150q de FARINE DE PATATE DOUCE NUTRIPURE
- 4 œufs bio
- 50g de fromage blanc
- 160ml de lait végétal
- •1 sachet de levure
- 200g de brocolis
- 150g de saumon
- 60g de mozzarella
- 10g de graines de tournesol
- Sel et poivre

PRÉPARATION

- Cuire les brocolis et le saumon à la vapeur. Préchauffer le four à 180°C.
- Mélanger la farine et la levure. Ajouter les œufs, le fromage blanc et le lait végétal en mélangeant entre chaque. Saler, poivrer.
- Ajouter les brocolis, le saumon émietté et la mozzarella. Mélanger de nouveau.
- Verser dans un moule à cake et enfourner 45 à 50min à 180°C.
- Laisser tiédir avant de démouler.

MERCI @ketchoupie_fitness



PROGRAMME SANTÉ



LES FONDATIONS SANTÉ

LES INCONTOURNABLES : LES FONDATIONS DE LA SANTÉ



Multivitamines

(2 gélules matin)

22.90€





Magnésium (1 aélule midi et soir) 16.90€



0méga 3



Le pack : 1,94€/jour

À l'année

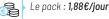
(1 capsule matin, midi et soir) 24.90€

INTESTIN ET DIGESTION

- Pure Bio²: 2 gélules le matin
- Glutamine : 5g avant le coucher
- Curcumine : 1 gélule matin, midi et soir pendant le repas



A l'année



STRESS ET EOUILIBRE

- Magnésium : 2 gélules le soir
- Rhodiola + Safran : 2 gélules matin
- Ashwagandha : 2 gélules matin ou soir



1 à 2 mois renouvelables

Le pack : 2,39€/iour

MOBILITÉ ET ARTICULATIONS

- Peptides de collagène : 10g à 20g/jour après l'entraînement et le soir
- Arthropure : 2 gélules le matin et 2 gélules le soir pendant le repas
- Glycine : 10g à 15g/jour après l'entraînement ou le soir
- Curcumine : 1 gélule matin, midi et soir pendant le repas



3 à 6 mois renouvelables



Le pack : 3,02€/jour

- Vitamine C: 1 gélule le matin
- Pure Bio²: 2 gélules le matin
- Vitamine D3 K2: 3 gouttes le matin
- Gel hydroalcoolique



1 mois, pendant l'automne et l'hiver



MULTIVITAMINES



UTILISATION

et midi.

Prendre 2 aélules le

matin, **ou** 1 gélule matin

En prenant les 2 gélules le

matin, vous lissez également

votre apport de magnésium,

en synergie avec les apports

du midi et du soir du

Magnésium Taurine B6.







21 nutriments bio-actifs avec des ingrédients brevetés :

- 12 vitamines et 5 minéraux (lode, chrome, sélénium, Zinc, Magnésium) ✓ Complexe Zinc Magnésium B6 : action en synergie des co-facteurs du Mg
- ✓ Co-facteurs végétaux : caroténoïdes & anti-oxydants (Bêtacarotène, Lutéine), 010, Quercétine
- ✓ Ingrédients brevetés (Vitamines B9, E) & de Vitamine D3 : 1000UI
- ✓ Nutriments à haute biodisponibilité sélectionnés scientifiquement

Conditionnement: 60 gélules (1 mois) / Pack de 6 x 60 gélules



Les vitamines B favorisent un bon métabolisme énergétique



La vitamine D et le Mg aident à une fonction musculaire et une ossature saines



Un maximum d'ingrédients d'origine naturelle

Gélule végétale

à base de tapioca

fermenté

A l'année pour les personnes souhaitant optimiser leur



Des matières premières précieuses pour la santé de votre corps

VITAMINES D3 K2



Antioxydants grâce au Bêta Carotène, au sélénium, au Zinc et aux vitamines C et E











- ✓ Synergie des vitamines D3 et K2
- ✓ Support liposoluble : huile d'olive bio
- √ Vitamine D3: 1000UI + Vitamine K2 MK7: 37,5 µg
- 🛍 1 offerte avec le pack de 6 Multivitamines

Conditionnement: Flacon compte gouttes - 150 doses de 3 gouttes (5 mois)

1000UI Vitamine D3 + 37,5µg Vitamine K2 MK7 MenaquinGold®



Indispensable dès les premiers signes d'ostéoporose

Une vitamine K2

brevetée pour une

qualité maximale



Absorption maximale des 2 vitamines liposolubles

Vitamines

mélangés dans de

l'Huile d'olive bio



d'origine naturelle et biodisponibles



Sans nanoparticules



UTILISATION

Prendre 3 gouttes par iour, de préférence le matin.

Les vitamines D3+K2 sont indiquées : A l'année pour les personnes ayant une faible exposition au soleil. D'octobre à mars pour les personnes s'exposant au soleil durant l'été.

- Les vitamines D3 & K2 jouent un rôle dans la minéralisation osseuse.
- La vitamine D3 aide la construction musculaire et le système immunitaire.





LES FONDATIONS SANTÉ

MAGNÉSIUM

















Biodisponibilité inégalée, concentration élevée et absence d'effets laxatifs

- ✓ 2/3 des Apports Journaliers soit 240mg de Magnésium élément ✓ Excellente assimilation grâce aux acides aminés de Glycine, de Taurine et à la vitamine B6
- Conditionnement: 60 gélules (1 mois) / Pack de 6 x 60 gélules



la fatique

Contribue au

maintien d'une

ossature et d'une

dentition solide



Favorise une synthèse protéique et un métabolisme énergétique sain



Maintient un fonctionnement normal du système



Sans nanoparticules et sans agent de charge

UTILISATION

Prendre 1 gélule midi et soir ou 2 aélules le soir.

Son utilisation est recommandée à l'année pour tous les sportifs de manière régulière. Pour les personnes actives, de manière régulière pour combattre le stress ou sous forme d'une à deux cures hivernales de 6 semaines pour lutter contre les effets de la fatique.



Gélule végétale

fermenté

à base de tapioca

• Le Magnésium contribue à une synthèse protéique et à une fonction musculaire normales.

ÉVOLUTION







PURE BIO²



Cible: santé intestinale, digestion, intestin irritable

- ✓ Action combinée de 2 prébiotiques et de 6 souches probiotiques, enregistrées à la Collection Nationale de Cultures de Microorganismes :
- Probiotiques : 10 Milliards d'UFC adaptées à notre microbiote
- Prébiotiques : l'inuline de chicorée et les Fructo-Oligosaccharides nourrissent le microbiote
- ✓ Mélange protégé par des gélules gastro-résistantes DR Caps[®] pour passer l'estomac.

Conditionnement: 60 gélules (1 mois) / Pack de 6 x 60 gélules



intestinal, notre 2ème cerveau : sa santé est primordiale

10 milliards

de souches

probiotiques : des

bifidobactéries

lactobacilles et des



Le sport intensif perturbe notre microbiote intestinal



pathologies causées par un déséquilibre du microbiote



Prébiotiques solubles: inuline de chicorée et fructo-

oligosaccharides



gastro résistante : passage de l'estomac sans destruction des souches

Gélule végétale

UTILISATION

Prendre 1 à 2 gélules par jour avec un grand verre d'eau.

À prendre avant le petit déieuner.

Conservez vos gélules au réfrigérateur.

VITAMINE C Quali-C



UTILISATION

Son utilisation est

sport intensif.

Prendre 1 gélule par jour,

de préférence le matin.

recommandée en cas de

fatique passagère et/ou de

Il est possible de cumuler la

Vitamine C avec la prise de

notre Multivitamines.





Ingrédient breveté, Quali®-C

- Contribue au métabolisme énergétique et à réduire la fatique
- ✓ Protège les cellules contre le stress oxydatif
- ✓ Aussi bien assimilée que la vit C contenue dans les fruits et légumes.
- 1 offerte avec le pack de 6 Magnésium

Conditionnement: 60 gélules (2 mois) / Pack de 6 x 60 gélules

en France



VITAMINE C

Ingrédient breveté :

Production

Européenne



Gélule végétale : tapioca fermenté



Vegan



Sans excipient ni OGM







17

Huile de poisson sauvage Epax®



- ✓ Pêche protégée loin des zones polluées, purification et concentration à basse température
- ✓ Huile ayant la plus haute concentration en acides gras essentiels
- ✓ Pas d'odeur grâce à sa pureté, sa fraîcheur et ses conditions de stockage. Stockage à 7°C
- ✓ Capsules 1000mg dont 420mg d'EPA + 300mg de DHA

Conditionnement: 90 capsules (1 mois) / 600 capsules (6 mois) / Pack de 3 x 600 capsules



La DHA, omniprésente dans la rétine, contribue



L'EPA et la DHA contribuent à une fonction cardiaque normale



Oxydation minimale grâce aux extraits naturels de tocophérols et de romarin



La qualité n°1 de nos Oméga 3 au service de votre



La DHA, lipide des tissus du cerveau, favorise le bon fonctionnement du cerveau



Pêche protégée Friend of the Sea, loin des zones de pollution

UTILISATION

Prendre 3 capsules d'Omega 3 par jour de préférence pendant les repas afin de répartir les doses d'Omega 3.

Conservez vos gélules au réfrigérateur.

Les Oméga 3 sont indiqués à l'année pour les personnes consommant du poisson moins de 3 fois par semaine.

L'acide docosahexaénoïque (DHA) contribue au maintien d'une vision normale et au fonctionnement normal du cerveau

 L'acide docosahexaénoïque (DHA) et l'acide eicosapentaénoïque (EPA) contribuent au maintien d'une pression sanquine normale, au maintien d'une concentration normale de triglycérides dans le sang et à une fonction cardiaque normale.





PROGRAMME MOBILITÉ ARTICULATIONS



"



• Cible: douleurs articulaires ou arthrose

COMPLÉMENTS NUTRIPURE: PACK ARTHROSE

Peptan 10g/jour : 10g le soir
Curcumine : 3 gélules/jour le soir
Arthropure : 2 gélules matin et soir



3 à 6 mois renouvelables Le pack : **2,69€/iour**

EN SYNERGIE

- Automassages ciblés de 3 à 4 minutes autour de la région douloureuse.
- Limiter les aliments acidifiants (fromage, viande rouge) et augmenter les apports en fruits et légumes et en bonnes graisses (olive, avocat).





Les tendinites m'empêchent de pratiquer une activité sportive

SÉDENTAIRE OU SPORTIF OCCASIONNEL

• Cible : tendinites récentes

COMPLÉMENTS NUTRIPURE : PACK TENDINITES

• Peptan : 10g/jour le soir • Glycine : 10g/jour le soir

• Curcumine : 3 gélules/jour le soir



3 à 6 mois

Le pack : 1,82€/jour

EN SYNERGIE

- Automassages ciblés de 3 à 4 minutes autour de la région douloureuse.
- Limiter les aliments acidifiants (fromage, viande rouge) et augmenter les apports en fruits et légumes et en bonnes graisses (olive, avocat).

8 NUTRI**pure** NUTRI**pure**





ARTICULATIONS & TENDONS



Active Curcumine extrait du Curcuma Longa - 100% pure

✓ Curcumine Cavacurmin® Hautement Biodisponible grâce à sa

Conditionnement: 90 gélules (1mois) / 6x90 gélules (6 mois)

✓ Cible: inflammations, articulations et vieillissement.

✓ Sans adjuvant ni édulcorant - Sans nanoparticules

Assimilation

en 1h : idéal

l'entraînement

Sans excipients

pour améliorer

autour de

chimiques

l'absorption

PEPTIDES DE COLLAGÈNE Peptan







ACTIVE CURCUMINE

Antioxydant naturel

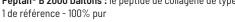
✓ Goût neutre

solubilité dans l'eau!









- Cible : tendinites et douleurs articulaires modérées
- Contient tous les acides aminés nécessaires à la régénération des tissus articulaires
- Le peptide de collagène le plus étudié : efficacité prouvée par de nombreuses etudes

Conditionnement: Sachet 310g (1mois) / 1,2kg (4 mois) / Seau 4kg



Contient 18 acides aminés différents

Hydrolysat pur

contenant 97%

de Peptides de

collagènes



vos articulations

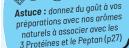


Produit breveté











Sans adjuvant

ni édulcorant



Origine France

UTILISATION

Prendre 10g (1 dosette de 30ml) à 20g par jour en une ou plusieurs prises.

Nous conseillons d'utiliser résultats.



Soluble dans l'eau : passage facilité de la barrière intestinale

le Pentan pendant 3 mois minimum pour avoir des



ARTHROPURE KANEK VAG SOLADIA

39X plus

biodisponible

qu'un extrait de

Curcuma 95%







Fabrication

cliniquement

brevetée, prouvé

Protège contre le

stress oxydatif



PURE GLYCINE



Glycine pure, sélectionnée pour sa qualité et sa pureté

- ✓ Cible : tissus articulaires, fascias et collagène tendineux.
- ✓ La Glycine est l'acide aminé le plus présent dans nos articulations
- ✓ Elle est peu présente dans notre alimentation

Conditionnement: Sachet 310g (1mois) / Pot 1,5kg



Convient aux végétariens

Goût légèrement

sucré sans

édulcorant



Glycine pure: 100% d'acide aminé

Produit

sans OGM







Soluble dans l'eau

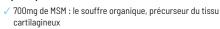


Prendre 10g par jour le soir ou après l'entraînement.

La glycine a un goût léaèrement sucré, il est agréable de saupoudrer un aliment avec ou pour "sucrer" ses aliments

La glycine peut se prendre à l'année pour compenser son absence dans l'alimentation moderne.

5 principes actifs contre l'arthrose!



- √ 600mg de Chondroïtine Sulfate Solabia®
- √ 500mg d'N Acetyl Glucosamine Kaneka®: la glucosamine de référence
- ✓ 250mg d'extrait de Boswellia Boswellin® pour favoriser la santé des os et des articulations
- 40mg de Vitamine C pour assurer la fonction normale des os, des cartilages et de la peau

Conditionnement: 120 gélules (1 mois) / Pack 6 x 120 gélules



Cible: vieillissement du collagène et du cartilage



Lutter contre les effets du sport intensif et de l'âge



Permettre la régénération du tissu cartilagineux



ARTHROPURE

Des ingrédients purs et brevetés. issus des meilleurs

laboratoires



scientifiquement. approuvé par les sportifs et les personnes actives

Des solutions naturelles et durables

UTILISATION

UTILISATION

Prendre 3 gélules par

iour pendant un repas

L'usage de la Curcumine

Active est conseillé pour les

personnes sportives ou les

La cure durera tant que les

tendinites et les douleurs

L'emploi chez les personnes

sous anti-coagulants est

seront présentes.

personnes ayant des douleurs

ou pendant/après

l'entraînement.

articulaires.

déconseillé.

Prendre 2 gélules le matin et 2 gélules le soir au cours du repas. À avaler avec un verre d'eau.

Nous recommandons l'utilisation d'Arthropure par cures de 4 mois minimum, les premiers effets pouvant apparaître au bout de 2 mois. Une utilisation à l'année est tout à fait possible pour des bienfaits prolongés.

Astuce : Il est conseillé d'associer Active Curcumine et Arthropure

20 21 NUTRIPURF NUTRIPURF





PROGRAMME MUSCULATION



PROGRAMME CONSTRUCTION **MUSCULAIRE**

REPAS TYPE

EN SYNERGIE

Magnésium, Oméga 3

3 repas : assiette « prise de muscle » 2 collations: pancake ou Bowlcake avec poudre de patate douce

• LES INCONTOURNABLES Multivitamines,

COMPLÉMENTS NUTRIPURE

- Isolat Whey: 30g/jour matin ou collation
- Créatine : 1g matin, post training et soir
- BCAA: 7g/jour à répartir avant/pendant l'entraînement



3 mois renouvelables

Le pack : 1,96€/iour







PROGRAMME CONSTRUCTION MUSCULAIRE AVANCÉE

REPAS TYPE

Petit déj: assiette « perte de graisse » 2 repas : assiette « prise de muscle »

EN SYNERGIE

Entraînement de musculation classique progressif ou programme MEP de Christophe Carrio.

COMPLÉMENTS NUTRIPURE

- BCAA : 7g/jour à répartir avant/pendant l'entraînement
- Citrulline : 7g 30 min avant l'entraînement
- Maltodextrine: 50g pendant l'entraînement



1 mois renouvelable

Le pack performance : 1,64€/jour

EN SYNERGIE

- LES INCONTOURNABLES Multivitamines, Magnésium, Oméga 3
- Isolat Whey: 30g/jour matin ou collation
- Créatine : 1g matin, post training et soir





PROGRAMME PERTE DE GRAISSE

56 Je veux perdre de la graisse en restant en bonne santé

REPAS TYPE

Régime intermittent pendant 4 à 8 semaines :

3 repas: assiette « perte de graisse » sur une période de 8h

- ex: repas à 12h, à 17h, à 20h OU repas à 7h, à 12h, à 17h
- 14 à 16H de jeune (aucun aliment)

ENTRAÎNEMENT HEBDOMADAIRE

- 2 entraînements musculation (poids de corps, bandes élastiques, fonte)
- 1 à 2 entraînements cardio
- Boisson d'effort durant training

COMPLÉMENTS NUTRIPURE

• Pure Bio²: 2 gélules le matin

• Fenugrec : 4 gélules soir

Isolat Whey: 30g/jour

• Oméga 3 : 1 capsule matin, midi et soir



1 à 2 mois

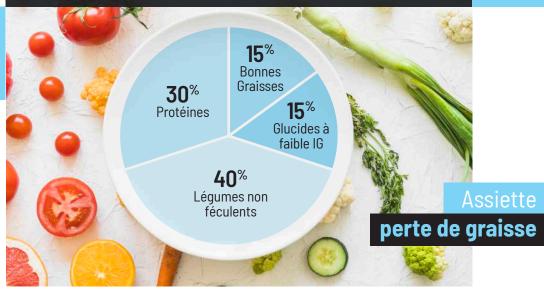


Le pack : 3,08€/jour



• Multivitamines, Magnésium





56 Je veux sécher au maximum sans impacter ma santé

PROGRAMME PERTE DE **GRAISSE AVANCÉ**

REPAS TYPE

Rotation des glucides sur 3 jours puis reprise jour 1 pendant 4 à 8 semaines

3 repas : assiette « perte de graisse » avec :

- Jour 1 et 2 : 100 à 150 q de glucides max sur la journée
- Jour 3 : 300 à 450g de glucides sur la journée

ENTRAINEMENT HEBDOMADAIRE

- 5 entrainements musculation (poids de corps, bandes élastiques, fonte)
- 1 à 2 entraînements cardio

- FONDATIONS SANTÉ Multivitamines. Magnésium, Oméga 3
- Pure Bio² : 2 gélules le matin
- Fenugrec : 4 gélules soir
- Isolat Whey: 30g/jour matin ou collation
- Boisson d'effort :
- BCAA: 7g/jour à répartir avant/pendant l'entraînement
- Citrulline: 7g/jour 30 min avant l'entraînement
- Maltodextrine : 50g pendant l'entraînement



1 mois renouvelable



Le pack boisson d'effort : 1,64€/jour



3 Protéines et le Peptan







- · Les protéines contribuent à maintenir et à augmenter la masse musculaire
- Les protéines contribuent au maintien d'une ossature normale

UTILISATION: 30g par portion. Prendre 2 portions par jour.

Idéales au petit déjeuner, en collation ou juste après l'entraînement si vous ne pouvez pas consommer un vrai repas.

Les protéines font partie d'une alimentation équilibrée et peuvent être prises à l'année pour compléter ses apports quotidiens.

WHEY ISOLAT NATIVE









Whey Isolat Native - 94% de protéines - Lait français - Sans Lactose

- ✓ Protéines isolées sans être dénaturées : micro filtration puis ultra filtrée à froid
- ✓ Protéines natives : directement issues du lait frais de pâturages Français
- ✓ Lécithine de tournesol
- ✓ Goût neutre

Conditionnement: Sachet 1kg / Seau 5kg



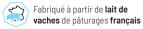
Contient +94% de protéines, < 2% de lipides



Contient +24% de BCAA et d'autres acides aminés



Sans lactose: teneur en lactose < 0.2%





Un apport en protéines adapté à tous les sports



Sans GMP, sans OGM, sans pesticides

WHEY NATIVE BIO









La nouvelle génération de Whey!

Whey Native & Bio - 80% de protéines - 23% de BCAA - 49% d'Acides Aminés Essentiels

- ✓ Protéine Native : directement issue de lait Autrichien
- ✓ Goût neutre Contient du lactose

Conditionnement: Sachet 1kg / Seau 4kg



80% de protéines natives



23% de BCAA et 49% d'EAA



Fabriqué à partir de lait **BIO Autrichien**



Excellente digestibilité. Absence de GMP



Un apport en protéines adapté à tous les sports



Sans OGM, ni pesticides, contient du lactose



PROTÉINE VÉGÉTALE











Enfin des protéines BIO et Vegan!

- / Protéines Végétales Bio agriculture UE 80% de protéines Sans Gluten Vegan
- ✓ Mélange de 70% de Protéines de Pois cassé et 30% de protéines de Riz Goût naturel
- Excellente digestibilité et assimilation des protéines végétales : PDCAAS = 1

Conditionnement: Sachet 1kg / Seau 5kg



Contient 80% de protéines. <1% de sucres

Excellente digestibilité.

Sans lactose, Sans gluten



Contient +18% de BCAA et d'autres acides aminés

Un apport en protéines

adapté à tous les sports



Fabriqué à partir de pois et de riz Bio



Sans OGM, ni pesticides

ARÔMES POUR WHEY, PROTÉINE VÉGÉTALE & PEPTAN



Variez les plaisir: Chocolat, citron, coco, fraise, manque citron vert, banane, vanille, noisette

- ✓ Arômes naturels à mélanger avec les protéines Nutripure et le Peptan
- ✓ Préférez un goût naturellement subtil et dites stop aux arômes chimiques
- ✓ 100% d'ingrédients bio compatibles et naturels

Conditionnement: Pot de 50g (= 1kg de protéine ou de Peptan aromatisés)



вю



d'ingrédients

100%

naturels



Sans édulcorant, sans OGM, sans nanoparticules

100% plaisir:

à volonté

changez d'arômes



Changeons les codes de la nutrition



Protéger sa santé tout en se faisant

UTILISATION

Ajoutez 1 à 2 dosettes d'arôme pour 10a de Peptides de collagène.

Ajoutez 3 à 5 dosettes d'arôme pour 30g de protéine.

Ajoutez l'arôme de votre choix, mélangez avec de l'eau, c'est prêt! Modulez le dosage comme vous voulez : fort ou léger, c'est vous qui choisissez!





ACIDES AMINÉS

CRÉATINE









Creapure®, la créatine de référence - 100% pure

- La créatine renforce la force musculaire : indispensable pour la musculation
- ✓ La créatine la plus étudiée : efficacité prouvée par de nombreuses études scientifiques
- / Goût neutre

Conditionnement: 180 gélules / Poudre 150g et 1kg









Creapure® authentique : qualité et traçabilité



UTILISATION

Version poudre : prendre 3,4g / jour (50% d'une dosette de 10ml)

Version gélules : prendre 5 gélules (soit 3,4g / jour)

À répartir pendant les repas et après l'entraînement.

Nous recommandons l'utilisation de la Créatine par cures de 3 mois. éventuellement entrecoupées de pause de 1 à 2 mois.



Sans édulcorant ni adjuvant



Convient aux végétariens



Soluble dans



· La créatine améliore les capacités physiques en cas de séries successives d'exercices très intenses de courte durée

PURE L-CITRULLINE







L-Citrulline BioKyowa® végétale - 100% pure

- Excellente assimilation
- ✓ Idéale pour l'effort : améliore la congestion musculaire via l'augmentation d'oxyde nitrique
- √ Contre la fonte musculaire (sarcopénie)
- ✓ Sans malate de citrulline sans adjuvant sans édulcorant

Conditionnement: Sachet 220g / Pot 800g



Origine végétale : L-Citrulline fermentée

Goût naturel :

sans additif

chimique



100% d'acide aminé

Booster avant

l'entraînement



Oualité



pharmaceutique



L-Citrulline issue de végétaux sans OGM

UTILISATION

Prendre 7a (1,5 dosette de 10ml) par jour, 30 min avant l'effort.

Il est recommandé de fractionner en 2 fois par jour.

Il n'y a pas de risque à utiliser la citrulline réaulièrement.

L'utilisation simultanée de BCAA est intéressante pour diversifier l'apport d'acides aminés aux muscles.







PURE -GLUTAMINE



UTILISATION

de repos.

Prendre 5g (75% d'une

dosette de 10ml) par jour

durant et/ou juste après

l'entraînement ou le soir

avant le coucher les jours

La glutamine peut être utilisée

sans risque à l'année selon le





L-Glutamine BioKyowa® végétale - 100% pure excellente assimilation

- ✓ Idéal en récupération : La L-Glutamine est l'acide aminé le plus présent dans nos muscles
- Santé intestinale : la L-Glutamine nourrit le tube intestinal suite à des efforts intenses
- ✓ Goût neutre

Conditionnement: Sachet 150g / Pot 750g



100% végétal : issue de la fermentation

Goût naturel:

sans adjuvant

ni édulcorant

chimique



Riche en acides aminés

L-Glutamine issue

de végétaux sans



L-Glutamine polyvalente :

Excellente

solubilité



La complémentation en

L-Glutamine est intéressante avec les BCAA pendant l'effort.





PROGRAMME ENDURANCE

Je prépare mon entraînement ou ma course

REPAS TYPE AU MOINS 3H AVANT

Effort avant 13h: 1 petit-déjeuner

Effort après 13h : 1 petit-déjeuner + 1 repas **Effort après 18h :** 1 petit-déjeuner + 1 repas

+ 1 collation (2 barres Nutripure)

PETIT DÉJEUNER

- · Boisson chaude ou froide
- Crêpe : 2 œufs bio + 15g de whey isolat + 45g de farine de patate douce + 150ml de lait végétal **OU** Pancake : 3 œufs bio + 45g de farine de patate douce + 1 banane

EN SYNERGIE

- Respiration profonde avec le ventre avant chaque repas pendant 3min pour réduire le stress et faciliter la digestion.
- Eviter les aliments augmentant la sensibilité digestive : céréales contenant du gluten, laitage type yaourt, fromage blanc, fromage, oeufs dans certains cas.

COMPLÉMENTS NUTRIPURE

 LES INCONTOURNABLES Multivitamines, Magnésium, Oméga 3



Le pack: 1,94€/jour

CONFORT INTESTINAL

• Pure Bio²: 2 gélules matin

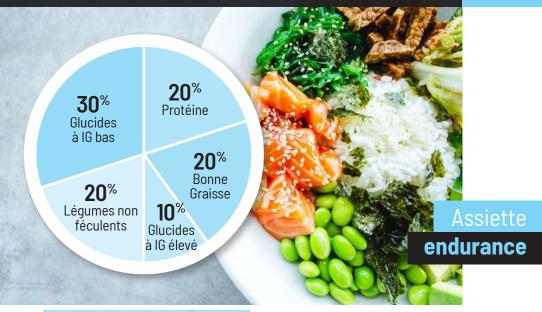
• Glutamine : 5g post training ou soir

• Curcumine : 3 gélules post training ou soir



Le pack : 1,88€/jour





Je prépare ma boisson énergétique et mes collations

VOLUME DE BOISSON ISOTONIOU

• T°C ± 24°C : 500ml / heure d'effort

• T°C > 24°C: 600ml / heure d'effort

• T°C < 24°C: 400ml / heure d'effort

REMARQUE

Attention à l'excès de volume d'entraînement (km hebdomadaire). Effectuer une partie de l'entraînement sur un sport complémentaire (type vélo pour les trailers) pour soulager les articulations + musculation et gainage.

COMPLÉMENTS NUTRIPURE

Si Effort < 2h - Boisson / heure d'effort :

Maltodextrine bio : 30gElectrolytes : 10g (1 sachet)

• BCAA : 7g

Si Effort > 2h - Boisson / heure d'effort :

Maltodextrine bio : 50gElectrolytes : 10g (1 sachet)

• BCAA: 7g



Le pack boisson énergétique : 1,37€/jour





AVANT, PENDANT, APRÈS L'EFFORT

MALTODEXTRINE AND TO SERVICE AND THE SERVICE A









Maltodextrine BIO 100% pure

- ✓ Glucides à IG élevé : 95 Indice Dextrose Equivalent : 19
- ✓ Sucre complexe permettant de reconstituer les réserves musculaires en alvcogène
- ✓ Goût neutre Sans édulcorant

Conditionnement: Sachet 1kg / Seau 5kg



glycogène dans les muscles squelettiques.





Idéal pour la récupération après un effort long ou intense



Un apport en glucides adapté à tous les sports

UTILISATION

Ajouter 50g de poudre (3 dosettes) dans 500 à 800ml d'eau.

Effort long: prendre la Maltodextrine durant 2 à 3 iours avant l'effort et pendant l'effort

Effort intense: mélanger 50g de Maltodextrine dans 800ml d'eau et boire pendant l'effort



100% végétal :





Les glucides contribuent à la récupération d'une fonction musculaire normale (contraction) après un effort physique très intense et/ou prolongé occasionnant une fatique musculaire et une diminution des réserves de

HYDROLYSAT DE CASÉINE













PeptoPro®

- ✓ Le PeptoPro® est un apport complet d'acides aminés à assimilation rapide
- ✓ Large spectre d'acides aminés pré-digérés pour nourrir les muscles pendant l'effort
- ✓ Idéal combiné à la Maltodextrine bio pour reconstituer les réserves en glycogène pendant l'effort

Conditionnement: Sachet 210g / Pack de 4 x 210g



La protéine avant la vitesse d'assimilation la plus rapide

Meilleure source

muscles pendant

l'entraînement

d'énergie pour nos



Digestion facile grâce aux acides aminés "pré digérés"

Évite le

catabolisme

pendant l'effort

musculaire



Utilisation efficace pour tous





PeptoPro® véritable : la caséine hydrolysée de référence

UTILISATION

Mélanger 15g de PeptoPro® dans 800ml d'eau: commencer à boire la boisson 15 minutes avant l'entraînement

Pour constituer la boisson idéale pour votre entraînement, associer:

- 15g de PeptoPro® (afin de limiter le coût, Il est possible de remplacer jusqu'à 5q de Peptopro® par 5g de BCAA)
- 50g de maltodextrine
- du jus de citron ou de l'arôme Citron Nutripure pour ne pas sentir le goût amer du PeptoPro®



BCAA 2.1.1



UTILISATION

6 gélules par jour.

dans de l'eau avec 2

ou du jus de citron.

Version gélule : prendre

Version poudre: prendre

7 à 14g par jour. La poudre

a un goût amer, à mélanger

dosettes d'arôme myrtille







BCAA 2.1.1 d'origine végétale - 100% pur

- ✓ Idéal pendant l'effort pour nourrir les muscles et ralentir le catabolisme musculaire
- ✓ Goût naturel

Conditionnement:

- Pilulier : 180 gélules / Pack de 5 x 180 gélules 6 gélules / jour apportent 3.9g de BCAA • Poudre: Sachet 220g / 1,5kg de BCAA 2.1.1
- · Arôme myrtille vendu seul ou avec les BCAA



100% végétal : BCAA fermentés et gélule végétale

Goût naturel:

sans adjuvant ni

édulcorant chimique



Riche en acides aminés essentiels

BCAA issus de

végétaux sans



BCAA polyvalents: efficaces pour tous les sports

Solubilité

instantanée

A prendre avant l'entraînement ou le matin les jours de repos pour interrompre le catabolisme du cycle nocturne et renforcer l'effet anabolique du petit



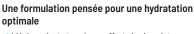


Efforts courts (-2h): diluer



33

PURE ELECTROLYTES



- ✓ Idéal pendant et après un effort physique intense ou en période de forte chaleur
- ✓ Saveur citron Sans édulcorant

Conditionnement:

• 1 boîte de 15 sachets individuels de 10q



Sans excipient

sans OGM, sans

nanoparticules



Formule à la pointe de la recherche scientifique

Arôme naturel non



Parfaitement digéré





Efforts longs (+2h): diluer 1 sachet dans 800ml d'eau

1 sachet dans 500ml à

UTILISATION

800ml d'eau.

- + 50g de Maltodextrine. Utiliser un sachet toutes les 2 à 3h d'effort.
- Boire la boisson pendant l'effort par petites gorgées.



écoeurant

- · Ils protègent les cellules contre le stress oxydatif
- Les électrolytes améliorent la fonction musculaire.





SUPER ALIMENTS

PATATE DOUCE













dès le petit dei'!

ultra transformés

✓ Vegan, sans gluten

c'est tout!



Sans sucre ajouté ni

Idéal pour toute la

conservateur



UTILISATION

50g par portion.

Idéal au petit déjeuner, en

ou après l'entrainement.

Envie d'encore plus de

collation à l'heure du goûter

saveurs? Ajoutez une petite

dose fruitée avec un de nos

arômes naturels si vous en

avez envie ou des fruits de

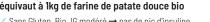




Concentré de nutriments : 5kg de patate douce bio éguivaut à 1kg de farine de patate douce bio

- ✓ Sans Gluten. Bio. IG modéré → pas de pic d'insuline
- ✓ Idéal en remplacement de toutes les farines industrielles
- ✓ Déshydratation douce pour préserver les vitamines et minéraux contenus naturellement

Conditionnement: Sachet 750g / Seau 4kg







Contient +75% de glucides complexes, -0,5% de lipides

Indice glycémique

bas: libération

lente des glucides



Concentré de nutriments: 5 kg de patate douce pour produire 1kg de poudre





UTILISATION

45g par portion.

Pancakes: 45g de poudre de patate douce + 3 œufs entiers + 1 banane mûre.

Crèpe protéinée : 45g de poudre de patate douce + 2 œufs entiers + 15g de Whey Isolat + 150ml de lait végétal.









100% d'ingrédients

Produit artisanal:

cuisson à basse

température

nobles, bio et

vegan



Des ingrédients bio et crus pour faire le plein d'énergie

Des graines, des oléagineux, de la protéine de riz, de la datte et

✓ Un excellent petit-déjeuner loin des mueslis et céréales sucrés et

Conditionnement: Sachet 350g / Pack de 6 x 350g

Riche en fibres

et source de

Recette sans

aluten

protéines



famille







Votre corps adore :

glucides complexes,

riche en fibres







Raw Barre Bio protéinée Vegan : Coco vanille ou Cacao noisette

- √ 40g d'ingrédients bio, sains et crus pour faire le plein de vitamines et minéraux
- ✓ Des oléagineux, de la coco, du cacao, de la vanille, de la datte et c'est tout!
- ✓ Une excellente collation, à base d'ingrédients bruts, loin des snackings ultra transformés
- Sans conservateurs ni sucres ajoutés.

Conditionnement: 1 barre / 6 barres / 20 barres



Des barres **saines** et gourmandes



100% d'ingrédients BIO et vegan



Excellent équilibre entre protéines, lipides, alucides et fibres



La collation idéale

UTILISATION

Idéales au petit déieuner

40g par portion.

ou en collation, juste avant l'entraînement (1 à 2 barres pour faire le plein d'énergie), pendant un effort intense et prolongé (prendre une barre toutes les 45 min d'effort), ou après l'entraînement si vous ne pouvez pas consommer un vrai repas dans les 30 min qui suivent.







saison!



Des ingrédients bio et crus pour faire le plein d'énergie dès le petit dej'!

- ✓ Des glucides à IG modéré pour éviter d'avoir faim
- ✓ Des ingrédients bio et naturels
- ✓ Vegan, sans conservateur et sans sucre ajouté (sauf chocolat)

Conditionnement: Sachet 350g / Pack de 6 x 350g



Indice glycémique modéré



Riche en fibres et source de protéines



Aucun ingrédient ultra-transformé



Idéal pour toute la

UTILISATION

50g par portion.

Pour un petit déieuner équilibré ou une collation gourmande.

Rapide et simple à préparer, Pure Porridge se mélange avec de l'eau ou du lait. Faites ensuite cuire le mélange lentement jusqu'à obtenir la texture souhaitée.



Sans sucre aiouté, sans conservateur



Recette crue nour conserver tous les nutriments



pour toute la famille





Naturellement sans gluten



famille





SUPER ALIMENTS



HUILE DE COCO







Huile Vierge Crue - non raffinée - Agriculture Biologique

- ✓ Huile de Coco idéale en cuisson en remplacement des huiles traditionnelles
- ✓ Teneur élevée en Acide Laurique et en Acides Gras à Chaîne
- ✓ Idéale pour le soin de la peau et de vos cheveux

Conditionnement: 400ml



Crue et non

maximale en

nutriments

raffinée : teneur



Acides gras sains +63% de triglycérides à chaîne moyenne

ni adjuvant :

pesticides ni

métaux lourds

sans OGM, sans

Sans conservateur



100% pure naturelle :



Huile vierge de noix de Coco, pression à froid



animale

UTILISATION

Idéale en patisserie, en huile de cuisson ou pour le soin de la peau et des cheveux.

Liquide ou crémeuse, l'huile de coco change d'état à 28°C.

Limite de température pour la cuisson : 180°C.

GHEE









Ghee - Beurre clarifié - Agriculture Biologique

- ✓ Beurre clarifié parfait en cuisson en remplacement du beurre
- ✓ Idéal pour les intolérants au lactose, facilite le processus digestif
- ✓ Riche en antioxydants, vitamines A et E

Conditionnement: 300a





Sans protéine de lait ni lactose



Se conserve plus lonatemps au'un beurre classique



Bon pour le système digestif et le métabolisme



Idéal pour la cuisson à haute température



Acide myristique : bon pour le cerveau

UTILISATION

5 à 10g par jour. Idéal pour la cuisson de tous les aliments ainsi que pour la friture puisqu'il ne brûle pas.

Limite de température pour la cuisson : 250°C.

HUILE DE BOURRACHE





Huile de graines de Bourrache Bio

- ✓ La Bourrache est naturellement riche en acides gras essentiels, l'Acide Gamma Linolénique
- ✓ Cet acide gras est peu présent dans notre alimentation quotidienne
- ✓ L'huile de bourrache est également connue pour l'hydratation de la peau
- ✓ Huile encapsulée en Bretagne

Conditionnement: 90 capsules (1 mois) / Pack de 6 x 90 capsules



Produit issu de l'agriculture biologique certifié par Ecocert

Le GLA, est le seul

Omega 6 manguant



I 'huile de Bourrache, riche en GLA, des acides aras essentiels

Sans conservateur

ni OGM : pure et

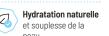
naturelle, vierge,

pression à froid



Oualité n°1 encapsulation en

Bretagne comme nos Oméga 3



UTILISATION

Prendre 1 à 3 capsules d'Huile de Bourrache par jour de préférence pendant les repas afin de répartir les doses.

Conserver les capsules au réfrigérateur.

PURE ORTIE

dans notre

alimentation







37

Poudre de feuilles d'ortie BIO - 100% pure - non urticante

- ✓ Cible : tonique, circulation veineuse, articulations, peau acnéique
- ✓ Poudre de feuilles d'ortie bio ✓ L'ortie est naturellement riche en minéraux et oligo-éléments

Conditionnement: Sachet 150g / Pack de 6 x 150g



Poudre de feuilles d'Ortie Biologique

Favorise la

et le bien être

circulatoire

circulation veineuse

PURE ORTIE



Riche en oligo éléments et en minéraux

Fournit de la



Aide à se sentir plus

indépendant Ecocert



Certifiée par

l'organisme

Prendre 5a (1.5 dosette de 10ml) à 10g par jour. Idéal dans un smoothie pour

UTILISATION

soupoudrer une salade, dans une soupe, en infusion, ou dans une vinaigrette (rendezvous sur notre blog pour découvrir les recettes).

- et les cheveux Circulation - l'ortie favorise la circulation veineuse et le bien-être circulatoire
- Tonique l'ortie favorise la vitalité de l'organisme et aide à se sentir plus énergique

force et consolide

les os, les ongles

- Articulation l'ortie aide à maintenir la flexibilité des articulations, les muscles et les tendons
- Peau grasse l'ortie est reconnue pour contribuer à une peau nette





PLANTES ADAPTOGÈNES

«...l'adaptogène est une substance pharmacologique capable d'induire dans un organisme un état de résistance augmentée permettant de contrebalancer les signaux de stress et de s'adapter à un effort exceptionnel... »

RHODIOLA + SAFRAN





Rhodiola titré à 3% de rosavines + Safran titré à 2% de safranal

- ✓ Action : réduction du stress mental, stabilité émotionnelle, humeur positive
- ✓ La Rhodiola Rosea est une plante adaptogène favorisant l'équilibre mental en cas de stress
- √ L'extrait de Safran contribue à maintenir une humeur positive

Conditionnement: 60 gélules (1 mois) / Pack de 5 x 60 gélules



l'endurance pour les performances sportives

Aide à maintenir

une humeur



Contribue à une activité intellectuelle et cognitive optimale

Antioxydant

végétal pour la

protection des

cellules



Convient aux végétariens : extrait de plante + gélule végétale

Contribue à une

du sang

circulation normale

UTILISATION

Prendre 1 à 2 gélules par jour, de préférence le matin pendant le petit déieuner.

La Rhodiola peut-être utilisée à l'année par cure de 3 semaines entrecoupées d'une semaine de pause.



- Améliore l'endurance pour les performances sportives
- Contribue à une activité intellectuelle et cognitive optimales
- Protège les cellules pendant le stress physique

• Contribue à l'équilibre émotionnel et aide à maintenir une humeur positive

UTILISATION

le repas.

1 puis 2 gélules par jour, le

matin ou le soir pendant

Nous conseillons de débuter

la cure par une gélule afin

de respecter le principe de

Si l'organisme réagit bien,

passer à 2 gélules par jour.

L'Ashwagandha peut-être

semaine de pause.

utilisée à l'année par cure de 3

semaines entrecoupées d'une

progressivité pour l'organisme.

• Aide à favoriser la relaxation

ASHWAGANDHA









Ashwagandha KSM66° bio titré à 5% de withanolides

- ✓ Extrait issu de la racine d'Ashwagandha cultivée en Agriculture Biologique
- ✓ Extraction brevetée par chimie verte, sans solvant, dans la tradition ayurvédique
- ✓ Présence du spectre complet de la racine garantissant l'efficacité et la biodisponibilité
- ✓ Extrait breveté : efficacité prouvée par 22 études scientifiques

Conditionnement: 60 gélules (1 mois) / Pack de 6 x 60 gélules



Assure un soutien en période de tension intellectuelle et nerveuse

Convient aux

végétariens :

extrait de plante

+ gélule végétale



Contribue à une relaxation optimale

Ne convient pas

aux femmes

enceintes ou



Aide à favoriser le bien-être intellectuel et physique





- allaitantes • L'ashwaganda assure un soutien en période intellectuelle intense et nerveuse
- · L'ashwaganda contribue à une relaxation optimale
- L'ashwaganda aide à favoriser le bien-être intellectuel et physique

PURE SOMMEIL



Extraits de plantes et de mélatonine

- ✓ Cible: endormissement, troubles du sommeil, insomnies
- ✓ Lutte contre les troubles du sommeil naturellement
- ✓ Synergie de mélatonine et d'extraits de plantes : valériane, aubépine, coquelicot et mélisse

Conditionnement: 60 gélules (1 mois) / Pack de 6 x 60 gélules

Fabriqué en France



Synergie de 4 plantes et de la mélatonine

Vegan, sans

gluten et sans



Contient un extrait de mélisse bio



Sans additif nocif

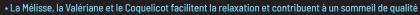


Pour les adultes



Prendre 1 à 2 gélules par iour avec un verre d'eau 30 min avant le coucher.

Pure Sommeil peut-être utilisé par cure de 1à 2 mois entrecoupées d'une à deux semaines de pause.



• La Mélatonine contribue à réduire le temps d'endormissement

FENUGREC





Extrait de fenugrec titré à 50% de saponines

- √ Cible : glycémie, insulino-résistance, perte de graisse, digestion
- ✓ Le fenugec favorise le maintien d'un taux normal de glucose dans le sang
- ✓ La régulation de la glycémie évite les pics d'insuline et limite le stockage des graisses

Conditionnement: 120 gélules (1 mois) / Pack de 5 x 120 gélules



Favorise le maintien d'un taux normal de glucose dans le sand

Ne convient

enceinte

pas à la femme



Aide à maintenir un taux normal de glycémie

Convient aux

végétariens :

extrait de plante

+ gélule végétale



Aide à favoriser la digestion



Production sans OGM

Prendre 4 gélules par jour après le diner.

UTILISATION

Le Fenugrec peut-être utilisé à l'année pour réduire son niveau de glycémie.

Le Fenugrec favorise le maintien d'un taux de glucose normal

• Le Fenugrec aide à maintenir un taux normal de glycémie dans le cadre d'un style de vie sain





NUTRIPURE

www.nutripure.fr



facebook.com/**NutripureFR**



instagram.com/nutripurefr/

Chaque jour nous repostons vos plus belles photos utilisant @nutripurefr ou #nutripurefr

