



NUTRIPURE
CATALOGUE

ACTIVE
**TON
POTENTIEL**

www.nutripure.fr

PROGRAMME FIDÉLITÉ

À CHAQUE COMMANDE :

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

VOTRE COMPTE RÉCOMPENSES 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».

POUR VOUS :

10%

sur chaque commande

PROGRAMME PARRAINAGE

Soyez récompensé en parrainant vos amis ou votre famille.

POUR VOUS :

10%

sur la 1ère commande de votre filleul (crédité)

POUR VOTRE FILLEUL :

10%

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 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

MIEUX DORMIR

MIEUX BOUGER

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

MIEUX PENSER

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

MIEUX RESPIRER

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 ?

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

1.

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.

2.

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 aujourd'hui, ces différentes pollutions impactent l'organisme de façon 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 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 oligoéléments ou encore certaines molécules protectrices issues des plantes, des fruits et des légumes. D'où l'importance d'une alimentation de qualité.



3.

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 fatigue 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.

4.

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, BCAA, collagène, glycine, citrulline, Oméga 3, glucides autour et durant l'effort, vitamines, minéraux, etc) et ce d'autant plus que les objectifs sportifs sont ambitieux.

5.

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

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





NOTRE APPROCHE ET NOS VALEURS

Nous sommes de ces humains qui font de la volonté de s'épanouir une raison de s'activer le matin. Nous sommes des passionnés du corps, fascinés par ses capacités, sa résilience, son intelligence. Nous sommes de ceux qui chercheront toujours plus loin parce que le meilleur reste à escalader, à surmonter, à dépasser.

Nous sommes aussi pour le respect de toutes les activités, de tous les rythmes, car chaque chrono est différent.

Nous sommes sûrement plus énergiques que la moyenne, mais c'est dans le calme, la respiration et l'observation que nous puisons toutes nos ressources.

Et nous ne cesserons jamais de vous le répéter, nous sommes impressionnés par ce que vous êtes et par tout ce que vous allez atteindre.

Nous étions deux frères, nous sommes aujourd'hui bien plus.



BIODISPONIBILITÉ
MAXIMALE



FABRICATION
CERTIFIÉE



GÉLULE
VÉGÉTALE



EFFICACITÉ
PROUVÉE



SANS
NANOPARTICULES



SANS
GLUTEN



SANS
OGM

LE SAVIEZ-VOUS :

En 2023, Nutripure a **compensé 40T d'émissions de CO2** en plantant des haies champêtres, créant ainsi un refuge de biodiversité et favorisant une agriculture sans intrants phytosanitaires.

Active ton potentiel

chréoph.

Prenez soin de vous !
Fibrent

Notre mission est d'aider tout le monde à atteindre ses objectifs sans sacrifier sa santé physique ou mentale.

EXIGENCE

Inspirée du parcours sportif de Christophe, nous appliquons **l'exigence du sport de haut niveau** à notre travail au quotidien afin de vous proposer des produits de **la plus haute qualité**. L'équation n'est pas toujours facile, mais l'exigence nous fait monter en compétence et nous aide à **activer tout le potentiel** en nous afin **d'approcher l'excellence**.

AUDACE

Quoi de plus audacieux que 2 frères qui souhaitent **révolutionner le monde de la nutrition sportive** ? Bousculer un univers souvent opaque quant à la provenance et la qualité des matières premières, ainsi que de la composition des produits proposés. **Défier la norme, repousser les limites**, l'audace a façonné chaque étape de la création de Nutripure, comme elle façonne le parcours de tous les sportifs. Penser différemment, sortir des sentiers battus, refuser la conformité pour activer son potentiel afin de donner le meilleur de soi-même.

AUTHENTICITÉ

Nutripure est une aventure familiale, la volonté de deux frères d'aider tous ceux qui souhaitent **vivre en meilleure santé physique et mentale**. Nos produits, utilisés quotidiennement par Christophe lui-même, sont proposés avec **une transparence totale** : certificats de traçabilité des fournisseurs et références scientifiques accessibles en ligne. Loin des solutions miracles et des fausses promesses, nous encourageons **des habitudes de vie saines et proposons un soutien** à travers ses compléments alimentaires.

ÉQUILIBRE

Chez Nutripure, nous sommes convaincus que **l'équilibre est essentiel** pour atteindre ses objectifs et s'épanouir. Faire des bons choix nutritionnels, faire du sport, prendre soin de son mental : l'équilibre, c'est **l'harmonie entre le corps et l'esprit**. Nous sommes persuadés que la synergie entre la recherche des résultats et l'épanouissement est **la clé du succès durable**.

OUVERTURE

Chez Nutripure, l'ouverture d'esprit et la curiosité incessante sont **les moteurs de notre démarche**. Nous cherchons constamment de nouvelles solutions, tout en restant humble face à un apprentissage perpétuel. Cela se traduit par l'exploration de disciplines, la rencontre de personnes et l'acquisition de savoirs variés. Nutripure, c'est également **une marque ouverte à tous** : ceux qui souhaitent prendre soin de leur santé, mieux performer, ou encore être mieux dans leur corps et dans leur tête. Les membres de la Team Nutripure représentent tous les sports, que ce soit notre team d'athlètes ou encore l'équipe au bureau. **L'ouverture, nous en sommes convaincus, est la clé de l'évolution personnelle et sociétale. C'est en explorant, en apprenant et en partageant que nous évoluons.**

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

Nutripure incarne un engagement quotidien envers un avenir durable, basé sur des partenariats à long terme, une qualité constante et des relations authentiques. Nous visons l'excellence à travers des investissements continus dans la recherche pour garantir la qualité de nos produits, tout en assumant notre responsabilité envers la planète grâce à des pratiques durables avec nos partenaires fournisseurs. Au-delà de simples produits, nous tissons des liens, en restant à l'écoute, en évoluant ensemble, et en assurant une transparence totale. Nutripure représente ainsi une communauté unie dans la quête d'un avenir meilleur.

Voilà ce qui nous rend unique :

SOUTIEN DES SPORTIFS

Christophe Carrio, cofondateur de Nutripure et ancien sportif de haut niveau, a toujours eu à cœur de **soutenir tous les athlètes dans leurs projets sportifs**. Quel que soit leur sport, ou leur médiatisation, notre mission est de les aider à prendre soin de leur santé et de leur bien-être. Nous accompagnons des hommes et des femmes ayant pour ambition de réaliser leurs rêves de victoire.

QUALITÉ

Le sport de haut niveau demande de faire des choix, parfois difficiles et de ne pas faire de compromis dans sa préparation. 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.

ÊTRE AU PLUS PRÈS DE NOTRE COMMUNAUTÉ

Chez Nutripure, nous nous engageons à être présents au quotidien, en offrant une proximité sincère et authentique. Nutripure, c'est toute une équipe qui est là pour vous offrir des conseils personnalisés et des solutions adaptées à vos besoins. Réactive, compréhensive et professionnelle, notre équipe expérience client est à votre disposition pour répondre à toutes vos questions et résoudre rapidement vos préoccupations.

TRANSPARENCE

Parce que l'accès à la santé et au bien-être ne doit pas devenir un luxe, Nutripure a toujours souhaité proposer des prix justes afin que chacun puisse mettre toutes les chances de son côté pour rester en forme. **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.

MARQUE CLASSIQUE



NUTRIPURE



CONSTRUIRE DES PARTENARIATS QUI REFLÈTENT NOS VALEURS

Chez Nutripure, chaque partenariat est une alliance stratégique qui respecte nos valeurs. Nous nous engageons à établir des relations durables, significatives et contributives. Nos partenaires partagent notre vision axée sur l'engagement, la qualité, et la responsabilité envers la société et l'environnement.

UNE POLITIQUE RSE FORTE

Dans notre démarche logistique et de transport, nous avons élargi certaines gammes pour réduire notre empreinte carbone, en privilégiant des formats plus grands et en améliorant nos flux. Pour la livraison, nous proposons une option verte en favorisant des fournisseurs français pour minimiser notre impact environnemental. Notre engagement pour l'agriculture biologique se traduit par des partenariats avec des producteurs locaux et des usines de fabrication proches. Nous soutenons également la préservation de l'environnement en parrainant des ruches et en compensant nos émissions de CO₂ avec des initiatives locales. En tant que promoteurs du sport santé, nous participons à des événements locaux et soutenons des infrastructures sportives durables. Enfin, nos supports de communication sont éco-responsables et nous organisons des ateliers internes pour sensibiliser notre équipe à la responsabilité sociale et environnementale.

NOS CHAMPIONS



Christophe CARRIO

Quintuple champion du monde de Karaté artistique - Fondateur de Nutripure



Amandine BUCHARD

Vice championne Olympique de Judo (2021) à Tokyo



Cyrielle DUHAMEL

Spécialiste des épreuves de quatre nages, championne de France 2022



Floria Gueï

Médaillée une fois d'or et quatre fois d'argent aux championnats d'Europe



Jean QUIQUAMPOIX

Champion olympique au pistolet 25m tir rapide (2021) à Tokyo



Madeleine MALONGA

Vice championne olympique (2021) à Tokyo et championne par équipe



Shirine BOUKLI

Championne Européenne de Judo (2023), Gagnante du grand chelem de Paris 2024



Laëtitia GUAPO

Meilleure basketteuse française 2022 (Trophée Alain Gilles)



Alan CAO

Champion du monde Hyrox



Rugby Club Toulonnais

Triple champion d'Europe (2013, 2014, 2015), Challenge Cup 2023



Castres Olympique

Champion de France 2018

SPORTIFS DE HAUT NIVEAU :

Vous préparez les JO ou des championnats du Monde ?

Contactez-nous :

gaetan@nutripure.fr



LES ALIMENTS À PRIVILÉGIER DANS SON ASSIETTE

MES FRUITS ET LÉGUMES

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

MES PROTÉINES

- Algues
- Bœuf bio
- Coquillages
- Crustacés
- Petits poissons gras (sardines, maquereaux)
- Viandes blanches
-  **Whey Isolat / Protéine Végétale bio**

MES GRAISSES

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

MES GLUCIDES

- Flocons d'avoine
- Lentilles trempées
- Patate douce
-  **Poudre de Patate douce bio**
- Pois chiches trempés
- Riz basmati
- Sarrasin

MES COLLATIONS

-  **Barres crues & bio**
-  **Granola bio**
-  **Porridge bio**
-  **Pure Pâte à Tartiner bio**





GRANOLA BOWL

Ingrédients

- 200g de fromage blanc
- 30g de **Whey Isolat** 
- 1 dosette d'**arôme vanille** 
- 15g de **Pure Granola** 
- 10g de fruits à coque
- 1càs de coulis de fruits

Préparation

- Mélanger dans un bol le fromage blanc avec la Whey Isolat et l'arôme vanille Nutripure.
- Ajouter en topping le Pure Granola Chocolat, les oléagineux ainsi que le coulis de fruits.



SMOOTHIE BOWL EXOTIQUE

Ingrédients

- 1 banane congelée
- 1/2 mangue
- 5-6 fraises
- 15cl de lait végétal de coco
- 15g de **Pure Granola Banane Cajou** 
- Morceaux de coco fraîche
- Graines de lin
- 1/2 cuillère à café de cannelle
- 30g de **Whey Isolat** 

Préparation

- Dans un mixeur ajouter la banane congelée, la mangue (garder des petits morceaux pour le topping), la whey, la cannelle, le lait végétal et 3/4 fraises. Mixer le tout.
- Verser le tout dans un bol. Parsemer de quelques pépites de Pure Granola Banane Cajou, une pincée de graines de lin, quelques morceaux de mangues, les morceaux de coco et les fraises en dés.



BANANA BREAD CHOCOLAT NOISETTE

Ingrédients

- 2 bananes bien mûres
- 3 œufs
- 50g de sucre
- 100g de **Pure Porridge Chocolat Noisette** 
- 50g de flocons d'avoine mixés
- 30g de poudre de noisette
- 1 sachet de levure chimique
- 50g de pépites de chocolat
- 40g de noisettes



MERCI @ketchoupie_fitness

Préparation

- Préchauffer le four à 180°C. Ecraser les bananes puis ajouter les œufs. Mélanger puis verser le sucre et fouetter.
- Ajouter Pure Porridge Chocolat Noisette, les flocons d'avoine mixés, la poudre de noisettes, la levure et mélanger de nouveau jusqu'à obtenir une pâte homogène.
- Verser la moitié des pépites de chocolat et des noisettes concassées et mélanger une dernière fois.
- Verser la préparation dans un moule à cake recouvert de papier cuisson et parsemer avec le reste des noisettes et pépites de chocolat.
- Enfourner pour 40 à 45min en surveillant la cuisson et laisser refroidir avant de démouler.



MINI CAKE POMME VANILLE

Ingrédients

- 60g de flocons d'avoine
- 20g de farine d'amande ou poudre d'amande
- 3g d'**arôme vanille** 
- 1 œuf
- 100g de fromage blanc
- 100g de compote de pommes
- 1/2 sachet de levure chimique
- 1 pomme
- 1càc de cannelle

Préparation

- Mélanger tous les ingrédients humides ensemble, ajouter les ingrédients secs et enfin la pomme en morceaux à la pâte.
- Enfourner environ 20/25min à 180°C.

MERCI @roxgbt_fitfood

RECETTES SALÉES



GREEN SMOOTHIE PROTÉINÉ

Ingrédients

- 250ml de lait d'amande
- 1 banane
- 1 kiwi
- 1 bouquet de persil bio
- 30g de **Protéine Végétale** 🌱
- 5g de **Pure Ortie** 🌿

Préparation

- Mettre tous les ingrédients au blinder puis mixer le tout.
- Servir bien frais.

MERCI @yohan_naturopathe

...

WRAP COURGETTES

Ingrédients

- 1 œuf + 1 blanc
- 25g de **Farine de Patate Douce** 🌱
- 200g de courgette râpée
- 120g de tofu rosso
- 20g de fromage frais
- 1/2 avocat
- Quelques feuilles de salade
- Sel et poivre

Préparation

- Éplucher, râper et essorer la courgette dans un torchon propre.
- Mélanger l'œuf et le blanc avec la farine. Saler, poivrer et ajouter la courgette râpée.
- Faire chauffer une poêle à crêpe et faites cuire vos 2 wraps 5min de chaque côté.
- Réserver à température ambiante jusqu'à ce qu'ils aient refroidi.
- Tartiner vos wraps avec le fromage frais, ajouter le tofu coupé en lamelles, ajouter les tranches d'avocat, la feuille de salade et refermer le wrap.

MERCI @ketchoupie_fitness



PANCAKE GÉANT À LA CAROTTE

Ingrédients

- 15g de **Farine de Patate Douce** 
- 15g de farine de pois chiche
- 50ml de blancs d'œuf
- 50g de fromage blanc
- 30g de carottes râpées
- 20g de fromage de chèvre
- 1 pincée de levure
- Sel, poivre



MERCI @ketchoupie_fitness

Préparation

- Mélanger les farines et la levure.
- Ajouter les blancs d'œuf, le fromage blanc et les carottes, saler, poivrer et mélanger.
- Ajouter le fromage de chèvre et verser la pâte dans une poêle.
- Faire cuire 5min de chaque côté.



BOWLCAKE BURGER

Ingrédients

- 40g de **Farine de Patate Douce** 
- 1 œuf bio
- 50ml de lait d'amande
- 1 pincée de levure, sel, paprika

Garniture :

- 1 œuf
- 2 tranches de bacon maigre
- 1 tomate
- Feuilles de salade



Préparation

- Dans un bol, mélanger à la fourchette tous les ingrédients.
- Mettre 1m30 au micro-ondes (800 watt max) pour obtenir un petit gâteau moelleux.
- Le démouler et le couper dans le sens de la longueur.
- Ajouter la garniture entre les deux tranches.

MERCI @cns.et.realimentation



PROGRAMME SANTÉ

LES INCONTOURNABLES : LES FONDATIONS DE LA SANTÉ



Multivitamines
(2 gélules matin)
22,90€



Magnésium
(1 gélule midi et soir)
16,90€



Oméga 3
(1 capsule matin, midi et soir)
24,90€



À l'année



Le pack : 1,94€/jour

INTESTIN ET DIGESTION

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



À l'année



Le pack : 1,88€/jour

MOBILITÉ ET ARTICULATIONS

- Peptides de collagène : 10g à 20g/jour après l'entraînement et le soir
- Arthropure : 2 gélules matin et soir pendant le repas
- Glycine : 10g à 15g/jour après l'entraînement ou le soir
- Curcumine : 3 gélules/jour le soir



3 à 6 mois renouvelables



Le pack : 3,11€/jour

STRESS ET ÉQUILIBRE

- 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€/jour

IMMUNITÉ

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



1 mois, pendant l'automne et l'hiver



Le pack : 1,61€/jour



LES FONDATIONS SANTÉ

MULTIVITAMINES



21 nutriments bio-actifs avec des ingrédients brevetés
12 vitamines et 5 minéraux (Iode, chrome, sélénium, Zinc, Magnésium)

- ✓ Complexe Zinc Magnésium B6 : action en synergie
- ✓ Co-facteurs végétaux : caroténoïdes & anti-oxydants (Bêta-carotène, Lutéine), Q10, Quercétine
- ✓ Ingrédients brevetés (Vitamines B9, E)
- ✓ Nutriments à haute biodisponibilité sélectionnés scientifiquement

Conditionnement : 60 gélules (1 mois) / 180 gélules (3 mois) / Cure 6 mois / Cure 1 an



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**



Des **matières premières précieuses** pour la santé de votre corps



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



Gélule végétale

UTILISATION

Prendre 2 gélules le matin, **ou** 1 gélule matin et midi.

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.

À l'année pour les sportifs et personnes actives.

VITAMINES D3 + K2 MK7

NOUVEAU



Vitamine D3 + 37,5µg Vitamine K2 MK7 VitaMK7®

- ✓ Synergie des vitamines D3 et K2
- ✓ Support liposoluble : huile d'olive bio
- ✓ Existe en dosage 1000 UI et 3000 UI
1 offerte avec le pack de 6 Multivitamines

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



Indispensable dès les premiers signes d'**ostéoporose**



Absorption maximale des 2 vitamines liposolubles



Ingrédients d'**origine naturelle** et **biodisponibles**



Une **vitamine K2 brevetée** pour une qualité maximale



Vitamines mélangées dans de l'**huile d'olive bio**



Sans nanoparticules ni OGM

UTILISATION

Prendre 3 gouttes par jour, de préférence le matin.

Les vitamines D3 K2 sont indiquées : à 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.

Dosage hautement concentré de 3000 UI/jour pour les personnes ayant un besoin accru (notamment sportifs et profils carencés) et particulièrement en période hivernale.

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

NOUVEAU :
3000 UI, DOSAGE PLUS ÉLEVÉ



NOUVEAU FORMAT

MAGNÉSIUM



Biodisponibilité inégalée, concentration élevée et absence d'effets laxatifs

- ✓ 2/3 des apports journaliers
- ✓ Excellente assimilation grâce aux acides aminés de Glycine, de Taurine et à la vitamine B6

Conditionnement : 60 gélules (1 mois) / 180 gélules (3 mois) / Cure 6 mois / Cure 1 an



Aide à **réduire la fatigue**



Favorise une **synthèse protéique** et un **métabolisme énergétique sain**



Maintien un **fonctionnement normal du système nerveux**



Contribue au maintien d'une **ossature et d'une dentition solide**



Gélule végétale



Sans nanoparticules et sans agent de charge

UTILISATION

Prendre 1 gélule midi et soir **ou** 2 gélules 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 fatigue.

- Le Magnésium contribue à réduire la fatigue et soutient le métabolisme énergétique.
- Le Magnésium contribue à une synthèse protéique et à une fonction musculaire normale.

MAGNÉSIUM³

NOUVEAU - EN POUDRE



Biodisponibilité inégalée, concentration élevée et absence d'effets laxatifs

- ✓ Complexe exclusif de 3 formes de magnésium pur dont 2 brevetées
- ✓ Apport de 240 mg de magnésium/jour grâce à la dosette incluse

Conditionnement : 51g (1 mois) / 153g (3 mois) / 2x153g / Cure 6 mois



Aide à **réduire la fatigue** et maintenir un fonctionnement normal du **système nerveux**



2 magnésium labélisés : Albion® et Givomag® pour une qualité inégalée



Dissolution instantanée et goût neutre



Contribue au maintien d'une **ossature et d'une dentition solide**



100% vegan, sans gluten et sans OGM



Fabriqu^e en France

UTILISATION

Diluer 1 dosette (1,7g) dans un verre d'eau, le soir pendant les repas.

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 4 semaines pour lutter contre les effets de la fatigue.

- Le Magnésium contribue à réduire la fatigue et soutient le métabolisme énergétique.
- Le Magnésium contribue à une synthèse protéique et à une fonction musculaire normale.



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 micro-organismes :
 - 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) / Cure 3 mois / Cure 6 mois



Le microbiote intestinal, **notre 2^{ème} cerveau** : sa santé est primordiale



Le sport intensif perturbe notre microbiote intestinal



Nombreuses pathologies causées par un déséquilibre du microbiote



10 milliards de souches probiotiques : des lactobacilles et des bifidobactéries



Prébiotiques solubles : **inuline de chicorée** et **fructo-oligosaccharides**



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

UTILISATION

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

À prendre avant le petit déjeuner.

Conservez vos gélules au réfrigérateur.

VITAMINE C Quali[®]-C

NOUVEAU FORMAT



Ingrédient breveté, Quali[®]-C

- ✓ Contribue au métabolisme énergétique et à réduire la fatigue
 - ✓ Protège les cellules contre le stress oxydatif
 - ✓ Aussi bien assimilée que la vitamine C contenue dans les fruits et légumes
 - ✓ Existe en format gélule ou poudre
- 📦 1 offerte avec le pack de 6 Magnésium

Conditionnement : 60 gélules (2 mois) / 3×60 gélules 6×60 gélules / Poudre 2×90g / Cure 6 mois / Cure 1 an



Ingrédient breveté : Quali[®]-C



Excellente assimilation



Vegan



Production Européenne



Conditionnement en France



Sans excipient OGM

UTILISATION

Prendre 1 gélule ou 1g (2 dosettes) par jour, de préférence le matin.

Son utilisation est recommandée en cas de fatigue passagère et/ou de sport intensif.

Il est possible de cumuler la Vitamine C avec la prise de notre Multivitamines.

**NOUVEAU
FORMAT POUDRE**

OMEGA 3 Epax®



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) / 270 capsules (3 mois)
600 capsules (+6 mois) / Cure 3 mois / Cure 6 mois



La DHA, omniprésente dans la rétine, contribue au maintien d'une vision saine



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 santé



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'Oméga 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 sanguine normale, au maintien d'une concentration normale de triglycérides dans le sang et à une fonction cardiaque normale.

FER



Cible : sportif souffrant de carences, en cas d'insuffisance, de besoins accrus (grossesse), de menstruations abondantes

- ✓ Label de qualité : Ferrochel®
- ✓ Biodisponibilité inégalée (4x plus élevée que le sulfate de fer)
- ✓ Dosage optimisé pour les personnes carencées
- ✓ Absence d'inconfort intestinal

Conditionnement : 120 gélules (2 mois) / Cure 6 mois



Biodisponibilité inégalée



Ingrédient breveté Ferrochel®



Vegan



Sans excipient, sans OGM, sans nanoparticules



Gélule végétale



Fabriqué en France

UTILISATION

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

Éviter la consommation de café/thé et produits laitiers pendant la prise.

L'emploi chez la personne souffrant d'insuffisance rénale est déconseillé. Les personnes enceintes ou allaitantes prendront conseil auprès d'un professionnel de santé.

- Le fer contribue à une fonction cognitive normale.
- Le fer contribue à un métabolisme énergétique normal et à réduire la fatigue.
- Le fer contribue à la formation normale de globules rouges et d'hémoglobine.
- Le fer favorise le transport normal de l'oxygène dans l'organisme.

ZINC



Cible : Pour les personnes carencées, sportifs et vegans.

- ✓ Label de qualité : **Albion™**
- ✓ Biodisponibilité très élevée
- ✓ Dosage optimisé pour les personnes carencées
- ✓ Absence d'inconfort intestinal

Conditionnement : 90 gélules (3 mois) ou 3x90 gélules (9 mois)



**Biodisponibilité
inégalée**



**Ingrédient
breveté**



Vegan



**Sans excipient,
sans OGM, sans
nanoparticules**



Gélule végétale



**Fabriqué
en France**

UTILISATION

Prendre 1 gélule par jour avec un grand verre d'eau, en dehors des repas.

Nous recommandons une cure de 3 mois.

L'absorption du zinc se fait avec des transporteurs communs au fer et au cuivre. Afin d'avoir la meilleure assimilation possible, nous vous conseillons de ne pas prendre du zinc au même moment que du fer ou du cuivre.

- Si vous prenez du fer le matin, prenez du zinc le soir et inversement.
- Éviter la consommation de café/thé et produits laitiers pendant la prise.
- La consommation doit être limitée à quelques semaines/mois.

PURE DETOX - BIEN-ÊTRE DU FOIE



Le bien-être du foie pour soutenir la fonction hépatique

- ✓ La solution complète pour soutenir efficacement votre foie dans la détoxification
- ✓ 4 extraits brevetés premium dont Silactive® (Chardon-Marie) & Altilix® (Artichaut) pour une biodisponibilité maximale
- ✓ Action ciblée sur les 3 phases de la détoxification hépatique, incluant les deux plantes incontournables pour le foie

Conditionnement : 42 gélules / 1 boîte de 21 sachets / Cure 21 jours



Fonction ciblée :
formulé pour **la
détox et le bien-être
du foie**



Actifs premium :
contient 4
ingrédients brevetés



Haute assimilation :
contient un extrait de
chardon-marie Silactive®
pour une biodisponibilité
optimisée



Choix du format :
Disponible en gélules
ou en poudre



Formulation sans
aucune substance,
solvant ou excipient
controversés



Fabriqué en France

UTILISATION

Prendre 2 gélules par jour avec un grand verre d'eau pendant 21 jours.

Diluer 1 sachet par jour dans un verre d'eau pendant 21 jours.

Le soir pour renforcer le fonctionnement hépatique nocturne.

Pure Detox est généralement conseillé en cure de 21 jours au moins 2 fois par an ou à chaque changement de saison.

Actifs et sportifs : détox périodique pour améliorer la santé de son foie

- Aide à soutenir la santé hépatique et à contribuer au potentiel détoxifiant du foie grâce au Chardon-marie.
- Aide à maintenir un foie sain, en soutenant le flux de sucs digestifs et à contribuer à un confort intestinal grâce à l'artichaut.
- Aide à maintenir une fonction hépatique et un métabolisme lipidique normaux grâce à la choline.



CONSEIL

Conseillère en produits naturels diplômée, Magali vous aidera à remplir vos objectifs bien-être et à choisir les compléments alimentaires en adéquation avec vos demandes.

Ce service est fait pour vous si:

- ✓ Vous êtes stressé,
- ✓ Vous rencontrez des problèmes de sommeil,
- ✓ Votre immunité est fragile
- ✓ Vous faites face à des problèmes digestifs
- ✓ Vous souffrez d'un inconfort articulaire

Vous pouvez également être assisté dans la validation de votre commande.

Fortement engagée à promouvoir un mode de vie sain, son objectif est de guider chaque client dans le choix des produits les mieux adaptés à leurs besoins spécifiques, tout en leur fournissant des conseils éclairés pour optimiser leur bien-être au quotidien.





NUTRITION

Consultation en visioconférence avec nos nutritionnistes Marie et Xavier

- ✓ Nutritionnistes diplômés établissant votre plan alimentaire personnalisé
- ✓ Un choix parmi 9 objectifs :
 - Perte de poids
 - Prise de masse
 - Prise de poids
 - Préparation de compétition
 - Confort articulaire
 - Fatigue, stress, sommeil
 - Immunité
 - Santé et énergie
 - Intestin et digestion
- ✓ Un programme nutritionnel individualisé d'environ 15 pages à la suite de votre entretien
- ✓ Un suivi + des conseils illimités par email avec votre nutritionniste

Durée : Consultation unique (45min) / 1 mois / 3 mois / 6 mois

Comment fonctionne notre service ?

- ✓ Choisissez 1 objectif et la durée du suivi.
- ✓ Prenez un rendez-vous avec votre nutritionniste.
- ✓ Après votre premier échange, votre nutritionniste fixe des objectifs progressifs et établit un programme diététique adapté à votre alimentation et vous oriente vers une activité physique qui vous convient.

PLUS QU'UN SIMPLE COACHING PERSONNALISÉ

Vous recevez :

- Un rapport personnalisé par mail (debrief analysé, conseils alimentation et menu au mois avec alternatives et conseils, recettes...)
- Les conseils des meilleurs compléments alimentaires Nutripure à prendre pendant votre programme.





PROGRAMME MOBILITÉ ET ARTICULATIONS

« J'AI DES DOULEURS ARTICULAIRES »

Sport fréquent ou intensif

Cible : douleurs articulaires ou arthrose

PACK ARTHROSE

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



3 à 6 mois renouvelables



Le pack : 2,72€/jour

PACK MOBILITÉ ET ARTICULATIONS

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



3 à 6 mois renouvelables



Le pack : 3€/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).



« LES TENDINITES M'EMPÊCHENT DE PRATIQUER UNE ACTIVITÉ SPORTIVE »

Sédentaire ou sportif
occasionnel

Cible : tendinite récente

PACK TENDINITE

- Peptan : 10g/jour le soir
- Glycine : 10g/jour le soir
- Curcumine : 3 gélules/jour le soir

 3 à 6 mois

 Le pack : 1,97€/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).





ARTICULATIONS ET TENDONS

PEPTIDES DE COLLAGÈNE ?eptan



Peptan® B 2000 Daltons : le peptide de collagène de type 1 de référence - 100% pur

- ✓ 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 études

Conditionnement : Sachet 310g (1 mois) / 1,2kg (4 mois) / Seau 4kg • Saveur chocolat • Saveur citron • Saveur framboise



Contient **18 acides aminés différents**



Contient des **acides aminés essentiels** pour vos articulations



Produit breveté par un laboratoire européen



Hydrolisat pur contenant 97% de Peptides de collagènes



Sans adjuvant ni édulcorant



Origine France

UTILISATION

Prendre 10g à 20g par jour en une ou plusieurs prises.

Nous conseillons d'utiliser le Peptan pendant **3 mois minimum** pour avoir des résultats.

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 moderne

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



Convient aux **végétariens**



Glycine pure : 100% d'acide aminé



Produit de 1^{ère} qualité



Goût légèrement sucré **sans édulcorant**



Produit **sans OGM**



Soluble dans l'eau

UTILISATION

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

La glycine a un goût légèrement sucré, il est agréable de saupoudrer un aliment avec ou pour "sucre" ses aliments.

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



COLLAGÈNE MARIN SAUVAGE

naticol
Fish Collagen Peptides

Le Collagène Marin Sauvage Naticol® pour la santé des articulations et de la peau

- ✓ Cible : tendinites et douleurs articulaires modérées
- ✓ Renforce la santé des tendons et des articulations
- ✓ Offre une alternative au collagène bovin ou marin issu d'aquaculture

Conditionnement : Sachet 310g (1 mois) / 1,2kg (4 mois) • Saveur chocolat • Saveur citron • Saveur framboise



100% hydrolysé :
assimilation optimale



Forme hydrolysée,
faible poids
moléculaire (2000
Daltons)



Collagène marin
breveté : Naticol®



Pêche durable
certifiée **Friend of
the Sea**, poissons
européens sauvages



Sans OGM, ni
nanoparticules



Fabriqué en France

UTILISATION

Prendre 10g à 20g
par jour en une ou
plusieurs prises.

Nous conseillons d'utiliser
le produit pendant **3 mois
minimum** pour avoir des
résultats.

Astuce : vous pouvez
mélanger collagène et
glycine ensemble !

BARRE COLLAGÈNE

NOUVEAU

L'allié nutrition idéal pour une prise de 5g de collagène au quotidien

- ✓ Composition irréprochable : 12g de protéines, 6g de fibres et seulement 170 kcal
- ✓ Texture ultra-plaisante à chaque bouchée, jamais collante pour un plaisir intense
- ✓ Avec de vrais morceaux : noix de cajou, amandes, pépites de chocolat
- ✓ Uniquement des sucraants naturels : miel et yacon

Conditionnement : 1 barre / 6 barres / 16 barres



Barre fonctionnelle :
12g de protéines
dont 5g de collagène
et 6g de fibres



Barre plaisir :
chocolat, amandes
et noix de cajou



Collagène breveté
à faible poids
moléculaire (2000
Daltons)



Avec **sucraants
naturels** : sirop de
yacon et miel



Formulation
sans aucune
substance
controversée, et
sans OGM



Fabriqué en France

UTILISATION

Pour les sédentaires ou les sportifs occasionnels :

Prenez une barre comme
en-cas au moment où cela
vous fait plaisir.

Pour les sportifs :

La
barre collagène Nutripure
est idéale comme en-cas
healthy ou en collation
quotidienne :

- Avant l'entraînement : 1 à
2 barres pour faire le plein
d'énergie.

- Pendant un effort intense
ou prolongé : prendre une
barre toutes les heures
d'effort.

- Après l'entraînement : 1 à
2 barres si vous ne pouvez
pas consommer un repas
complet dans la demi-heure
qui suit.



ACTIVE CURCUMINE CAVACURMIN®



Active Curcumine extrait du Curcuma Longa - 100% Pure

- ✓ Cible : inflammations, articulations et vieillissement
- ✓ Antioxydant naturel
- ✓ Curcumine Cavacurmin® Hautement Biodisponible grâce à sa solubilité dans l'eau !
- ✓ Sans adjuvant ni édulcorant - Sans nanoparticules
- ✓ Goût neutre

Conditionnement : 90 gélules (1 mois) / 270 gélules (3 mois) / Cure 3 mois / Cure 6 mois



39x plus biodisponible qu'un extrait de Curcuma 95%



Assimilation en 1h : idéal autour de l'entraînement



Fabrication brevetée, prouvée cliniquement



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



Sans excipients chimiques pour améliorer l'absorption



Protège contre le stress oxydatif

UTILISATION

Prendre 3 gélules par jour pendant un repas ou pendant/après l'entraînement.

L'usage de la Curcumine Active est conseillé pour les personnes sportives ou les personnes ayant des douleurs articulaires.

La cure durera **tant que les tendinites et les douleurs seront présentes**.

L'emploi chez les personnes sous anti-coagulants est déconseillé.

ARTHROPURE

KANEKA NAG™
HYALURONLUKO

Solabia group

BOSWELLIN®



5 principes actifs contre l'arthrose !

- ✓ 700mg de MSM : le soufre organique, précurseur du tissu cartilagineux
- ✓ 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) / Cure 3 mois / Cure 6 mois



Cible : **vieillissement du collagène** et du cartilage



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



Permettre la **régénération du tissu cartilagineux**



Des ingrédients purs et brevetés, issus des meilleurs laboratoires



Conçu scientifiquement, approuvé par les sportifs et les personnes actives



Des solutions **naturelles et durables**

UTILISATION

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



ARÔMES POUR WHEY, PROTÉINE VÉGÉTALE & PEPTAN



Variez les plaisirs : chocolat, citron, coco, fraise, citron vert & mangue, banane, vanille, noisette, myrtille, framboise

- ✓ Préférez un goût naturellement subtil et dites stop aux arômes chimiques
- ✓ 100% d'ingrédients bio compatibles et naturels

Conditionnement : Pot 50g

UTILISATION

Modulez le dosage comme vous voulez : fort ou léger, c'est vous qui choisissez !

Ajoutez 1 à 2 dosettes d'arôme pour 10g de Peptides de collagène, 3 à 5 dosettes pour 30g de protéines.



NUTRIPURE





PROGRAMME MUSCULATION

« J'AI DU MAL À PRENDRE DU MUSCLE »

Programme
construction
musculaire

REPAS TYPE

3 repas : assiette « prise de muscle »

2 collations : pancake ou bowlcake
avec farine de patate douce

PACK PRISE DE MUSCLES

- Whey (Isolat, Bio, Aromatisée, Végétale) : 30g/jour matin ou collation
- Pure Workout : 30min à 1h avant l'effort
- Créatine : 5 gélules/jour après l'entraînement



3 mois renouvelables

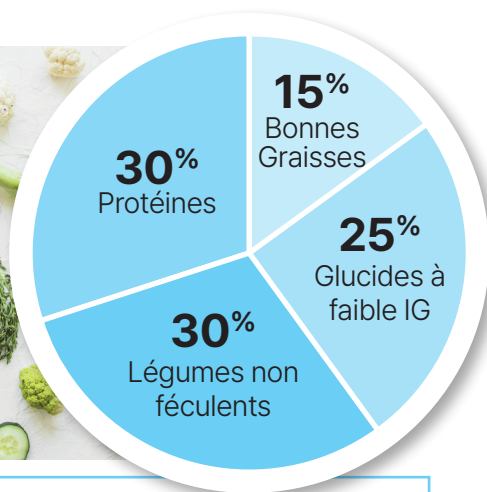


Le pack : à partir de 2,54€/jour



EN SYNERGIE

- **Les incontournables** : Multivitamines, Magnésium, Oméga 3
- Pure Citrulline : 7g, 30min avant l'entraînement



« JE PROGRESSE MAIS JE VEUX OPTIMISER »

Programme construction
musculaire avancée

REPAS TYPE

Petit déj : assiette « perte de gras »

2 repas : assiette « prise de muscle »

EN SYNERGIE

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

PACK PERFORMANCES

- 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 : 1,67€/jour



EN SYNERGIE

- **Les incontournables :** Multivitamines, Magnésium, Oméga 3
- Whey Isolat : 30g/jour matin ou collation
- Créatine : 3,4g/jour : matin, post training et soir
- Pure Workout : 30min à 1h avant l'effort



PROGRAMME PERTE DE GRAISSE

« 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 jeûne (aucun aliment)

ENTRAÎNEMENT HEBDOMADAIRE

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

EN SYNERGIE

- Multivitamines, Magnésium

PACK PERTE DE GRAISSE

- Pure Bio2 : 2 gélules le matin
- Fenugrec : 4 gélules soir
- Whey Isolat : 30g/jour
- Oméga 3 : 1 capsule matin, midi et soir



1 à 2 mois

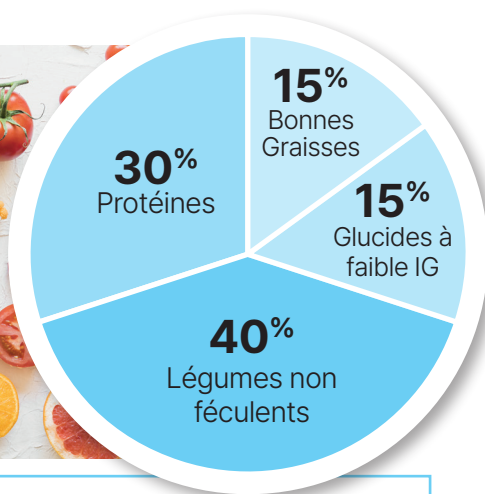


Le pack : 3,14€/jour



Assiette

perte de graisse



« JE VEUX SÉCHER
AU MAXIMUM SANS
IMPACTER MA SANTÉ »

Programme
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 150g de glucides max sur la journée
- **Jour 3 :** 300 à 450g de glucides sur la journée

ENTRAÎNEMENT HEBDOMADAIRE

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



COMPLÉMENTS NUTRIPURE

- **Fondations santé :** Multivitamines, Magnésium, Oméga 3
- **Pure Bio2 :** 2 gélules le matin
- **Fenugrec :** 4 gélules soir
- **Whey Isolat :** 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 : 1,67€/jour



PROTÉINES

- 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 LOW LACTOSE



Whey Isolat Native • 94% de protéines - Lait français - Low Lactose

- ✓ Protéines isolées sans être dénaturées : micro filtration puis ultra filtrée à froid
- ✓ Protéines natives : directement issues du lait frais de pâturages Français
- ✓ Digestion facile : convient aux intolérants au lactose
- ✓ Goût neutre

Conditionnement : Sachet 750g / Seau 2kg / Seau 4kg



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



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



Sans lactose : teneur en
lactose <0,2%



Fabriqué à partir de **lait
de vaches** de pâturages
français



Un **apport en protéines** adapté
à tous les sports



Sans GMP, sans OGM, sans
pesticides



NUTRIPURE



WHEY ISOLAT NATIVE AROMATISÉE



Whey Isolat Native avec lactase +80% de protéines - Prêt à l'emploi

- ✓ Arômes plus intenses et plus sucrés !
- ✓ Vos 4 saveurs préférées : Chocolat, Noisette, Vanille, Fraise
- ✓ Protéines isolées sans être dénaturées : micro filtration puis ultra filtrée à froid
- ✓ Protéines natives : directement issues du lait frais de pâturages Français

Conditionnement : Sachet 750g / Seau 2kg / Seau 4kg



Contient **+80% de protéines**,
< 2% de lipides



BCAA et EAA naturellement
présents



Arôme **plus intense et plus
sucré**



Fabriqué à partir de **lait
de vaches** de pâturages
français



Un **apport en protéines** adapté
à tous les sports



Sans GMP, sans OGM, sans
pesticides





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 750g / Seau 4kg • Saveur chocolat



Contient **80% de protéines**, < 1% de sucres



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



Fabriqué à partir de **pois et riz bio**



Excellente digestibilité.
Sans lactose, sans gluten



Un **apport en protéines** adapté à tous les sports



Sans OGM, ni pesticides

PURE WORKOUT



Pure Workout - une composition inégalée

- ✓ 1^{er} pure workout français contenant des EAA et BCAA
- ✓ Citrulline Kyowa® pour une meilleure congestion et endurance musculaire
- ✓ Bêta-alanine CarnoSyn® pour combattre la fatigue musculaire
- ✓ Tyrosine pour stimuler la concentration et booster l'énergie
- ✓ Arôme naturel myrtille

Conditionnement : Sachet 315g / Pot de 1,26kg



Meilleurs acides aminés : EAA et BCAA



Booster d'énergie



Vegan



Arôme naturel myrtille non écorçant



Sans excipient, sans OGM, sans nanoparticules



Fabriqué en France

UTILISATION

Diluer 21g (1 dosette en poudre) dans 400mL d'eau. Laisser reposer 2min avant de consommer. A prendre 30min à 1h avant et pendant l'entraînement.

Une fois en action, la bêta- alanine peut induire des picotements, la séance peut commencer !

Pour prolonger vos performances, nous conseillons de l'associer avec Pure Electrolytes et la Maltodextrine.



PURE RECOVERY

NOUVEAU

Pure Recovery - LE post workout tout en un pour optimiser la récupération

- ✓ 1 seule scoop par jour pour favoriser la croissance musculaire, la récupération articulaire et nerveuse
- ✓ Association exclusive de 6 actifs hautement assimilables dont Whey Isolat Native, Collagène breveté type I (2000 daltons), Créatine Creapure®, Glycine, Magnésium et Zinc
- ✓ La solution idéale pour les personnes débutantes ou en reprise de la musculation
- ✓ Sans trouble digestif

Conditionnement : Sachet 775g / Seau 2kg • Saveur chocolat • Saveur vanille



Solution tout-en-1 concentrée en 6 actifs pour la récupération post workout



Goût Neutre : 22g de protéines par scoop



5g de Collagène et 3g de Glycine



2,2g de Créatine Creapure®



Sans gluten et sans OGM



Fabriqué en France

UTILISATION

Prendre 31 g par jour dans un shaker avec 250mL d'eau ou de lait végétal.

À prendre de préférence **juste après** un entraînement sportif. Les jours de repos il peut être pris au petit déjeuner ou en collation.



ACIDES AMINÉS



CRÉATINE



Creapure®, la créatine de référence - 100% pur

- ✓ 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 : 150 gélules / Poudre 150g / Poudre 450g / Poudre 1kg



Créatine monohydrate **pure à 100%**



Idéale pour les **sports intenses** et la musculation



Creapure® authentique
qualité et traçabilité



Sans édulcorant ni adjuvant



Convient aux végétariens



Soluble dans l'eau

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.

- La consommation quotidienne de créatine peut renforcer l'effet de la pratique de la musculation sur la force musculaire chez les adultes âgés de plus de 55 ans.
- La créatine améliore les capacités physiques en cas de séries successives d'exercices très intenses de courte durée.

PURE L-CITRULLINE



NOUVEAU FORMAT

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
- ✓ Goût neutre

Conditionnement : Sachet 220g / Pot 800g / 180 gélules



Origine végétale :
L-Citrulline fermentée



100% d'acide aminé



Qualité pharmaceutique



Goût naturel :
sans additif chimique



Booster avant l'entraînement



L-Citrulline issue de végétaux **sans OGM**

UTILISATION

Prendre 7g (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 **régulièrement**.

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



PURE L-GLUTAMINE



NOUVEAU FORMAT

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 / 180 gélules



UTILISATION

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 de repos.

La glutamine peut être utilisée sans risque à **l'année** selon le besoin.

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



100% végétal : issue de la fermentation



Riche en acides aminés



L-Glutamine polyvalente : idéale pendant la récupération



Goût naturel : sans adjuvant ni édulcorant chimique



L-Glutamine issue de **végétaux sans OGM**



Excellente solubilité

L-CARNITINE



L-Carnitine Carnipure® pour optimiser votre métabolisme énergétique

- ✓ Contribue à la santé métabolique
- ✓ Favorise la production d'énergie sous forme d'ATP
- ✓ Participe à une meilleure récupération musculaire
- ✓ Dosage optimisé pour une efficacité maximale

Conditionnement : 120 gélules



UTILISATION

Prendre 4 gélules par jour avec un verre d'eau.

Nous vous conseillons de prendre vos gélules bien avant (4 à 6h) votre séance d'entraînement pour garantir une assimilation optimale par votre organisme. Prise le matin les jours de repos

Nous recommandons l'utilisation de la L-Carnitine par cures de **3 à 6 mois**.



Brevetée Carnipure® authentique : qualité, traçabilité, pureté et efficacité



La forme la plus **stable** et **biodisponible**



Dosage optimal de 2000mg de L-Carnitine pure



Formulation sans aucune substance controversée



100% Vegan, sans gluten et sans OGM



Fabriquée en France



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



COMPLÉMENTS NUTRIPURE

- Multivitamines : 2 gélules le matin
- Magnésium : 2 gélules par jour
- Oméga 3 : 3 capsules par jour

📦 Le pack : **1,94€/jour**

CONFORT INTESTINAL

- Pure Bio2 : 2 gélules le matin
- Glutamine : 5g post training ou le soir
- Curcumine : 3 gélules post training ou le soir

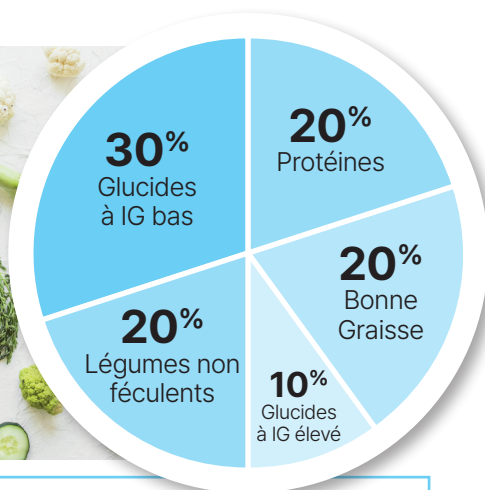
📦 Le pack : **1,88€/jour**

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.

Assiette

endurance



« JE PRÉPARE MA BOISSON ÉNERGÉTIQUE ET MES COLLATIONS »

VOLUME DE BOISSON ISOTONIQUE

T°C ± 24°C : 500ml / heure d'effort

T°C > 24°C : 600ml / heure d'effort

T°C < 24°C : 400ml / heure d'effort



COMPLÉMENTS NUTRIPURE

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

- Maltodextrine bio : 30g
- Electrolytes : 10g (1 sachet)
- BCAA : 7g

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

- Maltodextrine bio : 50g
- Electrolytes : 10g (1 sachet)
- BCAA : 7g

ou :

- Long Distance (1 sachet)

 Le pack boisson énergétique :
1,43€/jour

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.



AVANT, PENDANT ET APRÈS L'EFFORT

MALTODEXTRINE



Maltodextrine bio 100% pure

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

Conditionnement : Sachet 1kg / Seau 5kg



Produit issu de l'agriculture biologique



Boost pendant l'effort : glucides disponibles immédiatement



Idéal pour la récupération après un effort long ou intense



100% végétal : convient aux végétariens



Sans gluten et sans OGM



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 jours avant l'effort et pendant l'effort

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

Les glucides contribuent à la récupération d'une fonction musculaire normale (contraction) après un effort physique très intense et/ou prolongé occasionnant une fatigue musculaire et une diminution des réserves de glycogène dans les muscles squelettiques.

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 × 210g



La protéine ayant la vitesse d'assimilation la plus rapide



Digestion facile grâce aux acides aminés "pré digérés"



Utilisation polyvalente, efficace pour tous les sports



Meilleure source d'énergie pour nos muscles pendant l'entraînement



Évite le catabolisme musculaire pendant l'effort



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.

NOUVEAUX ARÔMES : Citron et myrtille





NOUVEAU FORMAT ET DOSAGE

LONG DISTANCE BOISSON ÉNERGÉTIQUE



La boisson énergétique qui allie hydratation optimale et maintien des performances.

- ✓ Idéale pendant un effort d'endurance de plus de 1h30
- ✓ Haute digestibilité
- ✓ Goût neutre ou pomme
- ✓ Formule unique et complète : 32,6g de glucides, BCAA, vitamines et électrolytes
- ✓ **NOUVEAU** 60g de glucides dans un seul sachet
- ✓ **NOUVEAU** Une version économique poudre à doser soi-même

Conditionnement : 1 sachet de 600g (15 doses) / 1 boîte de 12 sachets individuels de 40g • Saveur Neutre • Saveur Pomme



Vegan



Composition nutritionnelle inégalée



Technologie PureDigest pour un confort digestif optimal



Ratio idéal entre maltodextrine et fructose



Sans arôme et sans édulcorant



Fabriqué en France

UTILISATION

Vider un sachet (40g) ou prendre 2 dosettes (40g) dans 400mL d'eau et secouer jusqu'à dissolution complète.

Il est possible d'adapter sa Boisson Énergétique en fonction de la température extérieure :

- Lors d'une ambiance chaude ($>24^{\circ}\text{C}$), vous pouvez surdiluer la boisson : verser le sachet (40g) dans 500mL
- Lors d'une ambiance plus froide, vous pouvez sousdiluer la boisson : verser le sachet (40g) dans 300mL

- Consommer la Boisson Énergétique durant un effort supérieur à 1h30 par petites gorgées régulières.
- Ne pas attendre d'avoir soif pour prendre la première.

NOUVEAU : existe en version plus dosée = 60g de glucides et toujours BCAA, vitamines et électrolytes

Co-crée avec des
athlètes de haut niveau



Aux côtés de :

@ ultraviolette.d
@ sissicussot
@ yoannstuck



BARRE ÉNERGÉTIQUE LONG DISTANCE



Barre Énergétique - 30g de glucides par barre

- ✓ Goût fruits rouges ou fruits exotiques
- ✓ Idéale pendant un effort d'endurance pour maintenir la performance grâce à des apports glucidiques optimisés
- ✓ Texture moelleuse facilitant la prise lors de l'effort
- ✓ 70% de fruits pour un goût savoureux

Conditionnement : 1 barre / 6 barres / 20 barres



Apports nutritionnels optimisés pour la performance : ratio glucidique idéal



Riches en vitamines B1, B2 et C pour favoriser la réduction de la fatigue



Haute tolérance digestive



Texture moelleuse adaptée pour la prise durant l'effort



Sans aucune substance controversée : liste d'ingrédients courte



Vegan, sans gluten et sans arôme

UTILISATION

42g par barre.

Prendre une barre toutes les 45 minutes à 1h d'effort d'endurance (course, cyclisme, triathlon, randonnée...).

À consommer à intervalles réguliers au choix par petites portions ou en une seule prise.

Il est possible d'associer notre Boisson Énergétique Long Distance pour maximiser les apports glucidiques.

BCAA 2.1.1

BCAA 2.1.1 d'origine végétale - 100% pure

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

Conditionnement :

- Pilulier : 180 gélules
- Poudre : Sachet 220g / Pot de 1,5kg
- Arôme myrtille vendu seul ou avec les BCAA



Goût naturel : sans adjuvant ni édulcorant chimique



Riches en acides aminés essentiels



BCAA polyvalents : efficaces pour tous les sports



100% végétal : BCAA fermentés et gélule végétale



BCAA issus de végétaux sans OGM



Solubilité instantanée

UTILISATION

Version gélule :

Prendre 6 gélules par jour.

Version poudre :

Prendre 7 à 14g par jour.

La poudre a un goût amer, à mélanger dans de l'eau avec 2 dosettes d'arôme myrtille ou du jus de citron.

À 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 déjeuner.



PURE ÉLECTROLYTES

NOUVEAU FORMAT ET NOUVEL ARÔME



Une formulation pensée pour une hydratation optimale

- ✓ Idéal pendant et après un effort physique intense ou en période de forte chaleur
- ✓ Saveur citron, saveur fruits rouges - Sans édulcorant
- ✓ Les 5 minéraux essentiels (Na, Ca, Mg, Zn et K) pour l'équilibre de l'organisme
- ✓ 3 vitamines (B1, B2 et C) pour favoriser le métabolisme énergétique pendant l'effort
- ✓ **NOUVEAU** Existe en comprimés effervescents

Conditionnement : 1 boîte de 15 sachets individuels de 10g / 1 boîte de 2 tubes de 15 comprimés chacun / 3x1 boîte



Vegan



Formule à la **pointe** de la recherche scientifique



Parfaitement digéré



Sans excipient, sans OGM, sans nanoparticules



Arôme naturel non écorçant



Fabriqué en France

UTILISATION

Efforts courts (-2h) :

diluer 1 sachet ou 2 comprimés effervescents dans 500ml à 800ml d'eau.

Efforts longs (+2h) :

diluer 1 sachet ou 2 comprimés effervescents dans 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.

- Les électrolytes contribuent au métabolisme énergétique et à réduire la fatigue.
- Ils protègent les cellules contre le stress oxydatif.
- Les électrolytes améliorent la fonction musculaire.



LONG DISTANCE RECOVERY

NOUVEAU



La boisson de récupération tout-en-un pour optimiser la récupération après un effort long

- ✓ 1 seule scoop par jour pour favoriser la récupération énergétique, musculaire, articulaire, minérale et nerveuse
- ✓ Formule complète 12-en-1 : glucides, protéines, collagène, glutamine, glycine, électrolytes et vitamines
- ✓ Double action clé : refaire rapidement le stock énergétique et réparer les muscles grâce à un ratio optimisé 2:1
- ✓ Whey Isolat Native, Collagène breveté type I (2000 daltons), Glutamine Kyowa®
- ✓ Ingrédients premium sélectionnés pour leur assimilation et leur pureté, sans substance controversée

Conditionnement : Sachet 775g



Association exclusive de **12 ingrédients hautement assimilables** pour une action en synergie



Goût Neutre : 15g de protéines par scoop



30g de glucides, 5g de collagène, 5g de glutamine, 3g de glycine, 5 électrolytes et 3 vitamines



Excellente tolérance digestive



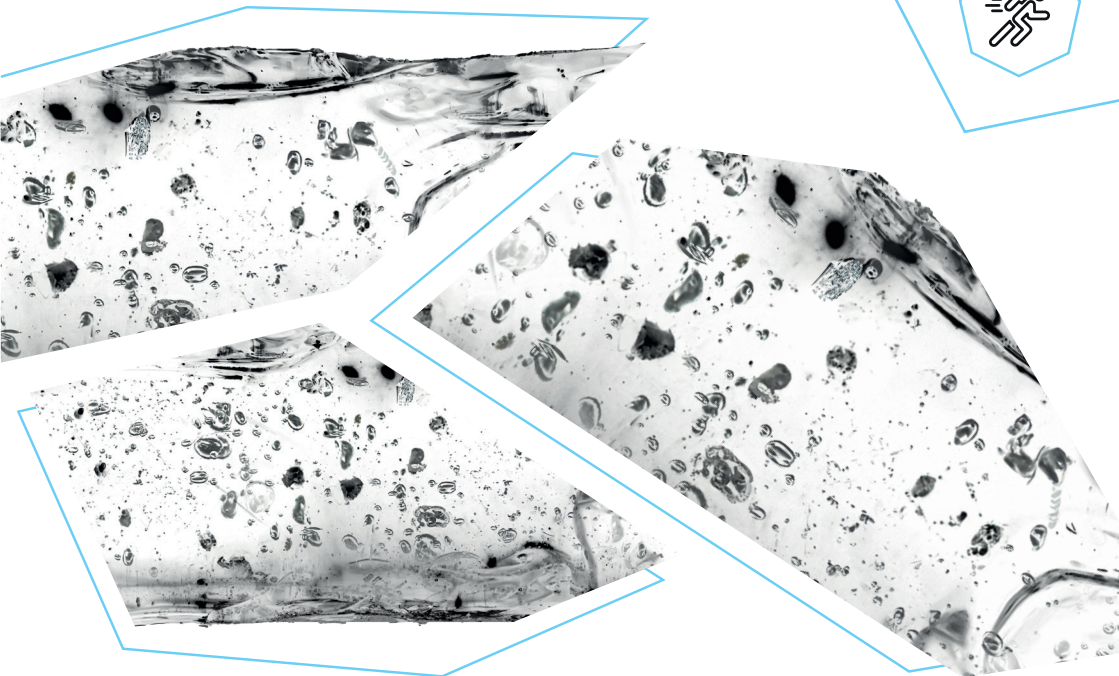
Fabriqué en France

UTILISATION

1 dosette à ras (55g) à mélanger dans un shaker avec 250mL d'eau ou la boisson de votre choix.

À consommer directement après votre sortie et idéalement dans les 30 minutes suivant la fin de l'effort.





LONG DISTANCE GEL

NOUVEAU



Gel énergétique combinant texture unique et un apport calibré de 30g de glucides

- ✓ Apport énergétique optimisé avec 30g de glucides par gel
- ✓ Formule unique avec une texture dense et structurée
- ✓ Goût entièrement neutre limitant l'effet d'écoeurement aux glucides
- ✓ Ratio optimisé pour une parfaite tolérance digestive
- ✓ Prise facile sur des efforts très long

Conditionnement : 6 gels / Étui de 12 gels



Formulation sans aucune substance controversée et listing ingrédients court



Formule à la **pointe de la recherche scientifique**



Excellente tolérance digestive



Sans excipient, sans OGM, sans nanoparticules



Goût neutre sans arôme

UTILISATION

Consommer le gel (52g) au cours de votre effort.

Vous pouvez consommer plusieurs gels durant votre effort selon votre stratégie nutritionnelle de course.

Pour maximiser vos apports glucidiques durant votre effort, nous conseillons d'associer le Gel énergétique avec la Barre et la Boisson énergétique Long Distance.



SUPER ALIMENTS

PATATE DOUCE



Concentré de nutriments : 5kg de patate douce bio équivaut 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 625g (Orange) / Sachet 750g (Blanche) / Pack de 3 × 750g (Blanche) / Seau 4kg (Blanche / Orange)

UTILISATION

45g par portion.

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

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

Astuce : La farine de patate douce orange, au goût légèrement plus sucré, est parfaite pour vos pâtisseries.



Produit issu de l'agriculture biologique



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



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



Votre corps adore : glucides complexes, riche en fibres



Indice glycémique bas : libération lente des glucides



Produit 100% naturel : sans OGM, sans pesticides ni métaux lourds

BARRES CRUES



Raw Barre bio protéinée vegan : Coco vanille / Cacao noisette / Tomate olive

- ✓ 40g d'ingrédients bio, sains et crus pour faire le plein de vitamines et minéraux
- ✓ Une excellente collation, à base d'ingrédients bruts, loin des snackings ultra transformés
- ✓ Vegan, sans conservateur ni sucre ajouté

Conditionnement : 1 barre / 6 barres / 20 barres



100% d'ingrédients **bio et vegan**



Sans sucre ajouté, sans conservateur



Excellent équilibre entre protéines, lipides, glucides et fibres



Des barres **saines et gourmandes**



Recette crue pour conserver tous les nutriments



La collation idéale pour toute la famille

UTILISATION

40g par portion.

Idéales au petit déjeuner 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.



PURE GRANOLA



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

- ✓ 3 versions : Multigraines, Chocolat, Banane Cajou
- ✓ Des graines, des oléagineux, de la protéine de riz, de la datte et c'est tout !
- ✓ Un excellent petit-déjeuner loin des mueslis et céréales sucrés et ultra transformés

Conditionnement : Sachet 350g / Sachet 2kg / Pack de 6 x 350g / Mix 2 x les 3 versions



100% d'ingrédients nobles, bio et vegan



Riche en fibres et source de protéines



Sans sucre ajouté ni conservateur



Produit artisanal



Recette vegan et sans gluten



Idéal pour toute la famille

UTILISATION

50g par portion.

Idéal au petit déjeuner, en collation à l'heure du goûter ou après l'entraînement.

Envie d'encre plus de saveurs ? Parsemez des pépites de Pure Granola sur un fromage blanc accompagné de fruits de saison !

PURE PORRIDGE



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

- ✓ 2 versions : Choco-Noisette, Pomme-Cannelle
- ✓ 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 / Sachet 2kg / Pack 6 x 350g / Mix 3 Choco + 3 Pomme



Indice glycémique modéré



Riche en fibres et source de protéines



Aucun ingrédient ultra-transformé



Produit artisanal



Naturellement sans gluten



Idéal pour toute la famille

UTILISATION

50g par portion.

Pour un petit déjeuner 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.



PURE PÂTE À TARTINER



Une pâte à tartiner healthy compatible avec votre santé !

- ✓ Sans huile et sans sucre ajouté
- ✓ Sans édulcorants, ni lactose
- ✓ Idéal pour se faire plaisir sans culpabiliser
- ✓ Source de protéines et de fibres
- ✓ Score Yuka : 94/100, score jamais atteint pour une pâte à tartiner

Conditionnement : 220g / Pack de 3 × 220g / Pack de 6 × 220g



50% de sucres en moins : sans sucre ajouté



50% de matières grasses en moins : sans huile



50% de calories en moins : seulement 283kcal / 100g



Bio et vegan



Sans édulcorant



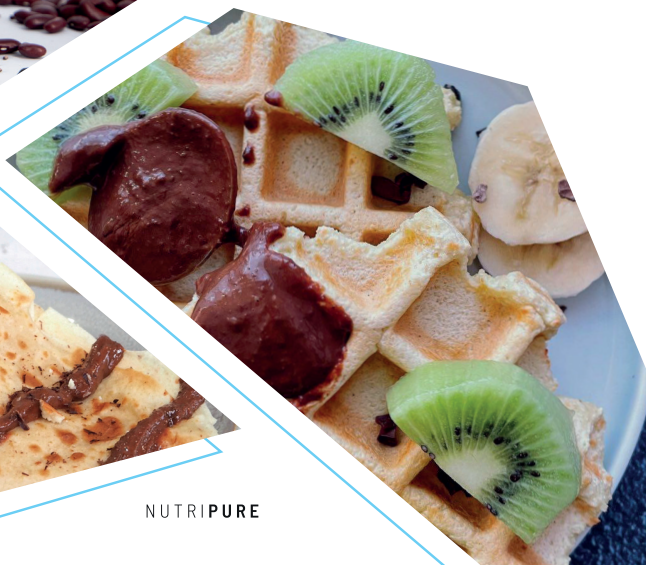
Fabriqué en France

UTILISATION

30g par portion.

À étaler sur des crêpes, des gaufres, des pancakes... Ou à intégrer dans vos pâtisseries (muffins coulants, cookies ...)

Pour les sportifs , en smoothie : mélanger dans un shaker 200-250ml de lait végétal, 30g de whey et 30g de Pure Pâte à Tartiner.





HUILE DE BOURRACHE



Huile de bourrache bio

- ✓ La Bourrache est naturellement riche en acides gras essentiels, l'Acide Gamma Linoléique
- ✓ 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) / Cure 3 mois / Cure 6 mois



Produit issu de l'agriculture biologique certifié par Ecocert



L'huile de Bourrache, riche en GLA, des acides gras essentiels



Qualité n°1 encapsulation en Bretagne comme nos Oméga 3



Le GLA, est le seul Omega 6 manquant dans notre alimentation



Sans conservateur ni OGM : pure et naturelle, vierge, pression à froid



Hydratation naturelle et souplesse de la peau

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



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



Poudre de feuilles d'Ortie Biologique



Riche en oligo éléments et en minéraux



Aide à se sentir plus énergique



Favorise la circulation veineuse et le bien être circulaire



Fournit de la force et consolide les os, les ongles et les cheveux



Certifiée par l'organisme indépendant Ecocert

UTILISATION

Prendre 5g (1,5 dosette de 10ml) à 10g par jour.

Idéal dans un smoothie pour saupoudrer une salade, dans une soupe, en infusion, ou dans une vinaigrette (rendez-vous sur notre blog pour découvrir les recettes).

- Tonique - l'ortie favorise la vitalité de l'organisme et aide à se sentir plus énergique.
- 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.



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 Moyenne
- ✓ Idéale pour le soin de la peau et de vos cheveux

Conditionnement : 400ml / Pack de 3 × 400ml



Produit issu de l'agriculture biologique certifié par Ecocert



Acides gras sains +63% de triglycérides à chaîne moyenne



100% pure naturelle : Huile vierge de noix de Coco, pression à froid



Crue et non raffinée : teneur maximale en nutriments



Sans conservateur ni adjuvant : sans OGM, sans pesticides ni métaux lourds



Convient aux Vegans : culture, récolte et transformation sans ingrédient d'origine animale

UTILISATION

Idéale en pâtisserie, 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 traditionnel
- ✓ Idéal pour les intolérants au lactose, facilite le processus digestif
- ✓ Riche en antioxydants, vitamines A et E

Conditionnement : 300g / Pack de 3 × 300g



Produit issu de l'agriculture biologique



Sans protéine de lait ni lactose



Se conserve plus longtemps qu'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.



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... »

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) / 180 gélules (3mois) / Cure 6 mois



Assure un soutien en période de tension intellectuelle et nerveuse



Contribue à une **relaxation optimale**



Aide à favoriser le **bien-être intellectuel et physique**



Convient aux végétariens : extrait de plante + gélule végétale



Ne convient pas aux femmes enceintes ou allaitantes



Production **sans OGM**

UTILISATION

1 puis 2 gélules par jour, le matin ou le soir pendant le repas.

Nous conseillons de débuter la cure par une gélule afin de respecter le principe de progressivité pour l'organisme. Si l'organisme réagit bien, passer à 2 gélules par jour.

L'Ashwagandha peut-être utilisée **à l'année** par cure de 3 semaines entrecoupées d'une semaine de pause.

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

FENUGREC



Extrait de fenugrec titré à 50% de saponines

- ✓ Cible : glycémie, insulino-résistance, perte de graisse, digestion
- ✓ Le fenugrec 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) / Cure 3 mois / Cure 6 mois



Favorise le maintien d'un **taux normal de glucose** dans le sang



Aide à **maintenir un taux normal de glycémie**



Aide à **favoriser la digestion**



Ne convient pas à la femme enceinte



Convient aux végétariens : extrait de plante + gélule végétale



Production **sans OGM**

UTILISATION

Prendre 4 gélules par jour après le dîner.

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.



NOOTROPURE



Cible : pour booster sa mémoire, sa concentration et ses performances cognitives

- ✓ Ingrédients brevetés (Bacopin® et Citicoline Cognizin®)
- ✓ Synergie de plantes naturelles
- ✓ Dosage optimisé pour une meilleure efficacité
- ✓ Sans caféine - Effet booster avec la tyrosine

Conditionnement : 90 gélules (1 mois) / Cure 3 mois / Cure 6 mois



Contribue à une activité intellectuelle et cognitive optimale



Ingrédients brevetés



Vegan



Gélule végétale



Sans excipient, sans OGM, sans nanoparticules



Fabriqué en France

UTILISATION

Prendre 3 gélules par jour avec un grand verre d'eau.

Nous vous conseillons une prise sous forme de cure de 1 mois pour bénéficier de tous les bienfaits des autres ingrédients.

- La Rhodiola contribue à une activité intellectuelle et cognitive optimale.
- Le Bacopa aide à favoriser la performance mentale, l'attention, la concentration, l'apprentissage et la mémorisation.
- L'Huperzia accroît le fonctionnement intellectuel général.

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 3 mois / Pack 6 mois



Synergie de 4 plantes et de la mélatonine



BIO Contient un extrait de **mélisse bio**



Sans additif nocif



Vegan, sans gluten et sans OGM



Pour les adultes



Fabriqué en France

UTILISATION

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

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

- La Mélisse, la Valériane et le Coquelicot facilitent la relaxation et contribuent à un sommeil de qualité.
- La Mélatonine contribue à réduire le temps d'endormissement.



PURE ZEN



Pour les personnes en situation de stress, d'anxiété, de charge mentale élevée et de ruminations

- ✓ Association exclusive et synergique de 3 ingrédients clés : GABA, L-Tryptophane et Valériane
- ✓ Favorise la relaxation et le bien-être mental - Pour des nuits complètes et sans réveils nocturnes
- ✓ Efficace dès la première prise

Conditionnement : 90 gélules (1 mois) / Cure 3 mois



Association exclusive pour une **double action synergique**



Formulation sans aucune substance controversée



Vegan, sans gluten et sans OGM



Extrait de valériane **titré** en acides valériques



Dosage optimal pour une **efficacité maximale**



Fabriqué en France

UTILISATION

Prendre 3 gélules par jour avec un verre d'eau et de préférence en dehors des repas.

Il est conseillé de prendre 3 gélules de Pure Zen avec un grand verre d'eau en soirée, idéalement 1 à 2h avant le coucher pour faciliter l'endormissement.

- Le GABA est le neurotransmetteur du calme, de la détente et de la relaxation.
- Le L-Tryptophane est l'acide aminé clé du bonheur et du sommeil.
- La Valériane, en association avec le GABA et le tryptophane, contribue à une relaxation optimale et favorise le soutien du bien-être mental en cas de tension et de stress.

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) / Cure 3 mois / Cure 5 mois



BIO
Favorise l'endurance pour les performances sportives



Contribue à une **activité intellectuelle et cognitive optimale**



Contribue à une **circulation normale du sang**



Aide à maintenir une **humeur positive**



Antioxydant végétal pour la protection des cellules



Convient aux végétariens : extrait de plante + gélule végétale

UTILISATION

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

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

LA RHODIOLA

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

LE SAFRAN

- Contribue à l'équilibre émotionnel et aide à maintenir une humeur positive.
- Aide à favoriser la relaxation.



NUTRIPURE

www.nutripure.fr



NutripureFR



@nutripurefr

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

