



Гарциния Грин Ти плюс.

Капсулы по 0,36 г.

Инструкция по применению.

Биологически активная добавка к пище «Гарциния Грин Ти плюс» рекомендуется лицам, контролирующим массу тела, в качестве источника гидроксилимонной кислоты, катехинов, кофеина, дополнительного источника хрома.

Компоненты БАД «Гарциния Грин Ти плюс»:

- подавляют чувство голода;
- регулируют обмен веществ.

Состав:

В одной капсуле содержится:

- экстракт плодов гарцинии камбоджийской (Garcinia cambogia) – 220 мг;
- экстракт зеленого чая (Camellia sinensis) с повышенным содержанием кофеина – 95 мг;
- хрома пиколинат – 0,5 мг*.

* в одной капсуле содержится 60 мкг хрома (24% от рекомендуемого уровня суточного потребления).

Согласно данным, представленным в инфографике Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), распространённость ожирения достигла масштабов глобальной эпидемии. В мире насчитывается более 1 млрд. взрослых с избыточной массой тела, из которых, по крайней мере, у 300 млн. с клинической точки зрения выявлено ожирение.

Ожирение является одним из основных факторов риска развития сахарного диабета 2-го типа, сердечно-сосудистых заболеваний, артериальной гипертензии и инсульта, а также некоторых злокачественных новообразований. Последствиями ожирения для здоровья человека являются тяжёлые хронические заболевания, снижающие качество жизни.

Для того чтобы успешно атаковать жировые отложения, необходимо разностороннее воздействие на механизмы накопления и расщедолавания жира:

1. Применение биологически активных добавок (БАД) для коррекции веса.
2. Увеличение физической нагрузки с учётом возраста и сопутствующих заболеваний. Одним из универсальных способов тренировки является быстрая ходьба в течение 30 – 60 минут ежедневно. За 1 час ходьбы расходуется 300 – 400 ккал энергии.
3. Сбалансированное низкокалорийное питание.

Основные принципы правильного питания:

1. Принимать пищу необходимо дробно, примерно 4–5 раз в день через каждые 3–4 часа. Ошибочно считать, что редкий приём пищи 1–2 раза в день, способствует процессу похудения, так как резко замедляется обмен веществ, что в свою очередь приводит к дополнительному отложению жира.
2. Есть следует небольшими порциями, наполняя желудок примерно на 2/3, не допуская возникновения чувства тяжести после еды.
3. При каждом приёме пищи соблюдать правило «тарелки». Есть можно все, что нравится, но с одними условиями — делить тарелку на две части, затем одну половину еще пополам. Половина тарелки всегда должна быть заполнена овощами или фруктами, четверть — белковой пищей (мясо, рыба, птица, соевый белок и т.д.) и еще четверть — углеводной (крупа, картофель, макаронные изделия). И это правило нужно соблюдать при каждой еде. При этом не надо подсчитывать калории, не надо следить за тем, достаточно ли в вашей пище растительных волокон, антиоксидантов и витаминов.
4. Углеводную часть пищи необходимо составлять преимущественно из «сложных» углеводов, которые содержатся в неочищенных злаках (хлеб с отрубями, овсяные хлопья, пшеничная крупа), гречневой крупе, коричневом рисе. А потребление продуктов, содержащих «простые» углеводы, наоборот, желательно сократить до минимума (все изделия из белой муки, сладости).
5. По возможности, не употреблять пищу после 18 – 19 часов или ограничиться фруктами и кисломолочными продуктами.

Программа коррекции веса от «Фармакор Продакшн»

Этапы	Рекомендуемые БАД	Действие компонентов
I этап 4–12 Недель	ПРОБАЛАНС (источник пищевых волокон) ГАРЦИНИЯ ГРИН ТИ ПЛЮС (экстракт плодов гарцинии камбоджийской, экстракт зеленого чая, хрома пиколинат)	<ul style="list-style-type: none"> - нормализация повышенного аппетита - снятие чувства голода - снижение накопления жиров - торможение новообразования жиров - нормализация опорожнения кишечника - стимуляция роста и размножения собственной микрофлоры кишечника
II этап 4–5 недель	ХИТОЗАН-ФАРМАКОР (хитозан из панциря красных ноготок камчатских крабов)	<ul style="list-style-type: none"> - уменьшение всасывания жиров - вывод токсинов и жиров - снижение уровня холестерина - нормализация микрофлоры - снижение аллергических реакций
III этап 4–8 недель	ГАРЦИНИЯ СЛИМ кофе (кофе растворимый, экстракт плодов гарцинии камбоджийской, экстракт Гуараны, хрома пиколинат)	<ul style="list-style-type: none"> - нормализация углеводного и жирового обмена - уменьшение потребности в пище - повышение умственной и физической работоспособности - ускорение энергетического обмена

Для достижения и закрепления нормального веса здоровый образ жизни, сочетающий правильное питание, физическую нагрузку и прием биологически активных добавок должен стать для вас привычным.

Эффективное похудение с помощью капсул «Гарциния Грин Ти плюс» и кофе «Гарциния Слим кофе».

«Гарциния Грин Ти плюс», состав 1 капсулы	«Гарциния Слим кофе», состав 1 пакетика-саше
Экстракт плодов гарцинии камбоджийской 220 мг	Кофе натуральной растворимый 1699 мг
Экстракт зеленого чая 95 мг	Экстракт плодов гарцинии камбоджийской 200 мг
Пиколинат хрома 0,5 мг (60 мкг хрома)	Экстракт гуараны 100 мг
	Хрома пиколинат 0,4 мг (48 мкг хрома)

Гарциния камбоджийская (тамаринд, малабарский) — большое вечнозеленое дерево с желтыми или красноватыми плодами, произрастает в Китае и странах Индокитайского полуострова. В Южной Азии плоды гарцинии камбоджийской веками использовались в кулинарии и качестве приправы, а в Аюрведе отмечено, что кислый вкус тамаринда запускает пищеварение. Способность гарцинии камбоджийской снижать вес издавна привлекала исследователей. Активный действующий ингредиент плодов этого растения — гидроксилимонная кислота. Гидроксилимонная кислота (ГЛК) — революция в программе снижения веса, работает на клеточном уровне. ГЛК выступает в роли конкурентного ингибитора фермента цитратлиазы, что приводит к уменьшению синтеза жирных кислот. Кроме того, гидроксилимонная кислота угнетает изливший аппетит и активизирует обратный синтез глюкозы из жира, восстанавливает уровень содержания сахара и инсулина в крови, стимулирует процесс образования гликогена в печени и мышцах, поддерживает нормальный уровень сахара в крови, ускоряет энергетический обмен, в результате увеличивается физическая и умственная работоспособность, стимулируется теплогенез. Повышенное содержание гидроксилимонной кислоты в организме может снизить усвоение калорий на 90%. Исследования показали, что пациенты, принимавшие экстракт гарцинии, снижали свой вес в среднем на 5 кг за 2 месяца. При этом отмечалось снижение тяги к сладкому, понижение аппетита и повышение энергии.

Противопоказания:
Индивидуальная непереносимость компонентов продукта, беременность, кормление грудью.
Рекомендации по применению:
Взрослым по 1 капсуле 3 раза в день во время еды. Продолжительность приема — 1 месяц. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Хранить в сухом, хорошо проветриваемом, защищенном от света, недоступном для детей месте при температуре не выше 25°C и относительной влажности воздуха не более 75%.
Не является лекарством.

Срок годности: 2 года.
Свидетельство о государственной регистрации № RU.77.99.11.003.Е.051185.11.11 от 16.11.2011
ТУ 9197-018-48018357-07 с изм. № 1.
Произведено:
ООО «Фармакор продакшн»
Тел.: (812) 326-23-10

Юридический адрес:
194021, г. Санкт-Петербург, 2-й Муринский пр., д. 41, лит. А

Адрес производства:
195256, г. Санкт-Петербург, ул. Карпинского, д. 16, лит. А

www.pharmacor.ru

Экстракт зеленого чая содержит кофеин, который ускоряет процесс выведения жиров за счет активации липолиза, мягко тонизирует, повышает физическую и умственную работоспособность, снимает усталость, обладает легким мочегонным эффектом, регулирует общий обмен веществ. Содействует снижению в зеленом чае кофеина связывается с танинами, в результате танна кофеина, который в отличие от синтетического кофеина оказывает более мягкое и продолжительное действие. Катехины чайного листа обладают Р-витаминной активностью, укрепляют стенки кровеносных сосудов, делают их более эластичными, уменьшают хрупкость и проницаемость капилляров, нормализуют тканевое дыхание, предотвращают развитие атеросклероза. Кроме того, катехины чая являются мощными антиоксидантами, нейтрализующими свободные радикалы, снижая риск онкологического заболевания.

Современные исследования показывают, что пиколинат хрома поддерживает интенсивную переработку поступающих и накопленных жиров, нормализует углеводный и липидный обмен веществ, способствует увеличению массы обезжиренной мускулатуры, уменьшает потребность в пище и снижает аппетит. Установлено, что когда в организме мало хрома, то сильнее тянет на сладкое. Повышая чувствительность мышц к инсулину, хром помогает предотвратить потерю мышц во время диеты, помогает не набирать вновь потерянный вес.

Гуарана, или бразильское какао, издавна использовалась индейцами Южной Америки в качестве тонизирующего средства, значительно повышает выносливость и энергетический организм. Такие свойства этого растения объясняются высоким содержанием природных ксантиню, таких как кофеин, теофиллин, теобромин. Ксантин значительно активизируют процессы расщепления жира (липолиза) и повышают энергетические возможности клетки.

Компоненты БАД «Гарциния Грин Ти плюс» и БАД «Гарциния Слим кофе»:
• эффективные средства для снижения веса подавляют чувство голода, снижают тягу к сладкому
• регулируют жировой и углеводный обмен веществ
• мягко тонизируют, повышают умственную и физическую работоспособность стимулируют активный распад жировых отложений

Выбирайте самый удобный для Вас способ достижения желаемого веса, принимая капсулы «Гарциния Грин Ти плюс», либо заменяя в течение дня обычный кофе на чашечку «Гарциния Слим кофе».

ВНИ! «Гарциния Грин Ти плюс» капсулы и «Гарциния Слим кофе» могут применяться по принципу взаимозаменяемости, например, утром можно выпить чашку кофе «Гарциния Слим кофе», а днем и вечером принять капсулу «Гарциния Грин Ти плюс», но не превышать трехразового приема вышеуказанных БАД.