



Pâte d'amande artisanale à la purée de fruits confits, aromatisée aux huiles essentielles.

Produit entièrement naturel, à faible teneur en sucre, riche en énergie, sans arôme ni colorant artificiels, poudre d'amande sans sucre ajouté. Fabriqué en France.

Riche en énergie, Vitamines, Minéraux, Ferments lactiques, Algue Ulva de Méditerranée Ulvaline® et DHA (acide Docosa-hexa-énoïque), acide gras poly insaturé essentiel, sous forme glycéro-phospho-lipide.

Activité : Apport d'énergie, améliore l'endurance, lutte contre les effets délétères d'un excès de radicaux libres, améliore la capacité respiratoire et protège et régénère les parois cellulaires (système nerveux, rétine, hématies, en particulier).



LONG ACTION CUBES

énergie à action prolongée

Composition et propriétés :

L'Amande : Intérêt de l'Amande chez le sportif

Paradoxalement, sa composition nutritionnelle, en particulier la richesse vitaminique et minérale, lui confère un intérêt indéniable dans l'alimentation et la récupération après l'effort chez le sportif.

Le **Calcium** favorise la bonne santé osseuse et la contractilité musculaire. Le **Magnésium** apporte ses propriétés " anti-fatigue " sur l'excitabilité neuromusculaire. Le **Phosphore** contribue à stabiliser le pH sanguin. D'autres oligoéléments sont également présents, tels que le cuivre, zinc, manganèse, co-facteurs enzymatiques essentiels dans la lutte contre les radicaux libres produits au cours de l'effort.

L'amande est également source de **vitamines B1 et B2**, intervenant dans l'apport énergétique à partir des glucides, d'où l'association synergique entre l'amande et les glucides. Sa valeur énergétique élevée favorise par ailleurs une restitution des stocks énergétiques après l'effort. La teneur élevée en **Vitamine E** lui confère un pouvoir anti-oxydant important, contribuant à neutraliser les radicaux libres et favorisant la cicatrisation cellulaire.

Sa richesse en **Acides gras mono insaturés** contribue à couvrir un minimum d'apport lipidique de bonne qualité biologique, celui-ci étant souvent exagérément restreint, source de perturbations hormonales.

Les **Protéines** et la richesse en **Fibres insolubles** de l'amande induisent précocement la satiété, ce qui tend à diminuer l'apport alimentaire global et à favoriser le transit intestinal.

Même si l'amande est énergétique et riche en lipides, comme tous les fruits oléagineux, elle n'induit pas de prise pondérale (si elle est consommée avec modération bien sûr).

Effort
Endurance
Récupération

Les Purées de Fruits confits : Intérêt chez le sportif

Les **Glucides** sont essentiellement représentés par le Fructose, le Maltose, le Dextrose et le Saccharose, ce qui explique l'excellente assimilation : sources d'énergie rapidement disponibles.

Vitamines et Minéraux sont largement représentés.

Certains **Pigments** (Flavonoïdes et Caroténoïdes) renforcent l'action de la **vitamine C**, et sont impliqués dans la lutte antiradicalaire anti-oxydante. Les **acides organiques** stimulent la sécrétion des sucs digestifs, et facilitent la digestion.

Les **Fibres insolubles** sont abondantes, essentiellement des pectines, très bien tolérées tout en facilitant le transit intestinal. S'y ajoutent les celluloses et hémicelluloses.

L'algue *Ulva de Méditerranée, Ulvaline®*

Poudre granulée micro encapsulée

Elle est riche en Polysaccharides sulfatés, en Acides aminés essentiels, en Fer et en Silicium organique biodisponibles, et en pigments protecteurs (Caroténoïdes, Chlorophylles, Xanthophylles).

Preuves d'efficacité :

Les différentes études cliniques in-vitro et in-vivo ont démontré :

- Protection optimale contre les effets néfastes des radicaux libres, le stress oxydatif cellulaire, et leurs effets délétères responsables du vieillissement organique (activité SOD like).
- Stimulation de la synthèse du collagène et protection de l'élastine : renforcement articulaire.
- Potentiel apaisant tendant à lutter contre l'inflammation sous-jacente et
- Diminution des douleurs musculaires, articulaires et de la sensation de " jambes lourdes " : Amélioration de la mobilité articulaire et de la circulation sanguine de retour.
- Activité lipolytique et renforcement de la masse musculaire : silhouette et fermeté améliorées. La biodisponibilité du calcium est accrue ce qui favorise la lipolyse.
- Etudes In Vitro (AL 07.1149), (SCOL 07.1149), (AAI 07.1149)
- Etudes In Vivo (555/0808)

11 Vitamines : Vit A (bêta-carotène), B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12, C et E.

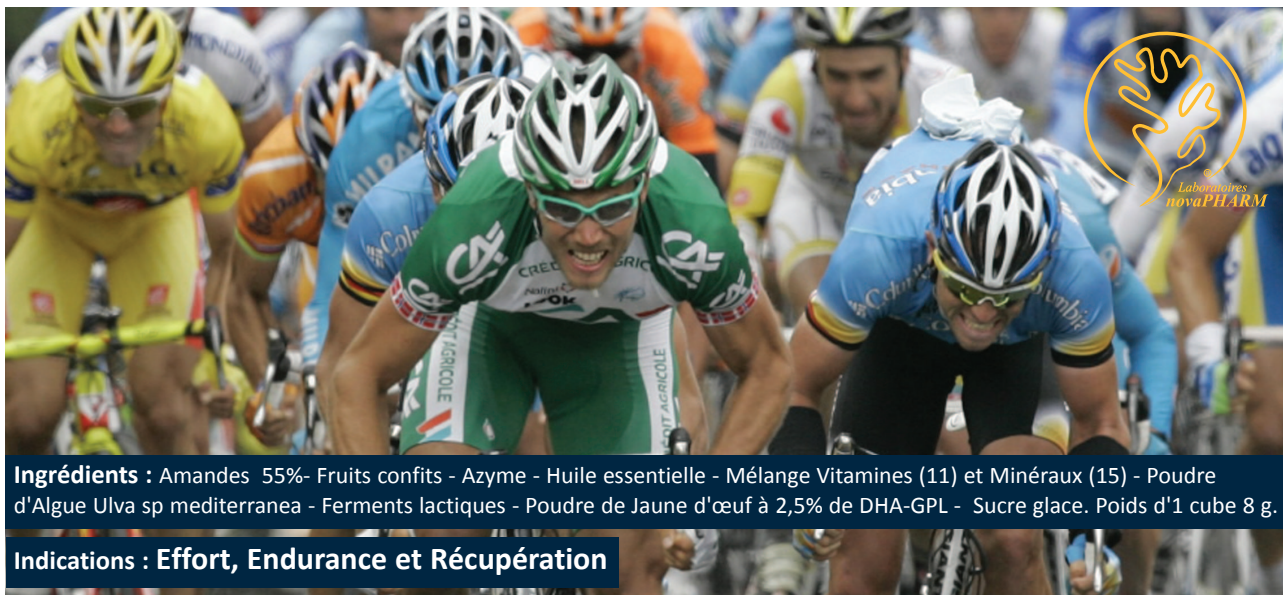
15 Minéraux : Calcium, Phosphore, Magnésium, Zinc, Fer, Manganèse, Sélénium, Chrome, Silicium organique ainsi que les constituants (biodisponibles car sous forme de chélates) de l'algue : Iode, Cuivre, Cobalt, Molybdène, Potassium et surtout du Soufre et du Fer).

L'association **Magnésium, Calcium et Phosphore** joue un rôle de régulateur de la transmission neuro-musculaire au niveau de la synapse : effet bien-être et anti-stress.

Ferments lactiques : *Bifidobacterium*

infantis, longum, lactis, Lactobacillus acidophilus, paracasei, plantarum, salivarius, et Lactococcus lactis. Ils induisent un rééquilibrage de la flore intestinale, favorable à une meilleure absorption des micro-nutriments et à une meilleure défense immunitaire .

Le DHA (Acide Docosa-hexa-énoïque) sous forme glycéro-phospho-lipide, ou acide Cervonique, participe à la reconstruction des parois cellulaires lésées en reconstituant les phospholipides membranaires, avec un tropisme particulier pour les cellules du système nerveux central ainsi que les hématies (transporteurs de l'oxygène). Celles-ci retrouvent leur souplesse leur permettant de mieux circuler dans les capillaires sanguins, d'où une augmentation de la capacité respiratoire et de la consommation d'oxygène (VO2 max) [Brevet ASL n° PCT/FR06/001988]



Ingédients : Amandes 55%- Fruits confits - Azyme - Huile essentielle - Mélange Vitamines (11) et Minéraux (15) - Poudre d'Algue *Ulva sp mediterranea* - Ferments lactiques - Poudre de Jaune d'œuf à 2,5% de DHA-GPL - Sucre glace. Poids d'1 cube 8 g.

Indications : Effort, Endurance et Récupération

Conseils d'utilisation :

- pendant l'effort : 1 Cube chaque demi-heure avec de l'eau ou une boisson isotonique.
- après l'effort : 1 Cube toutes les demi-heures, à associer de préférence à une boisson isotonique.

Ces informations sont données à nos clients à titre indicatif et sont basées sur l'état actuel des connaissances scientifiques. Elles ne sauraient engager novaPHARM, dans la mesure où les conditions d'utilisation de ce produit sont en-dehors de nos recommandations. La communication de ces informations au consommateur est sous la responsabilité de nos clients. Le client se doit de connaître et d'appliquer l'ensemble de la législation des Compléments Alimentaires et particulièrement en matière d'étiquetage et d'allégations. Ceci est un document de travail, non contractuel. Document révisé le 20/06/2011.