

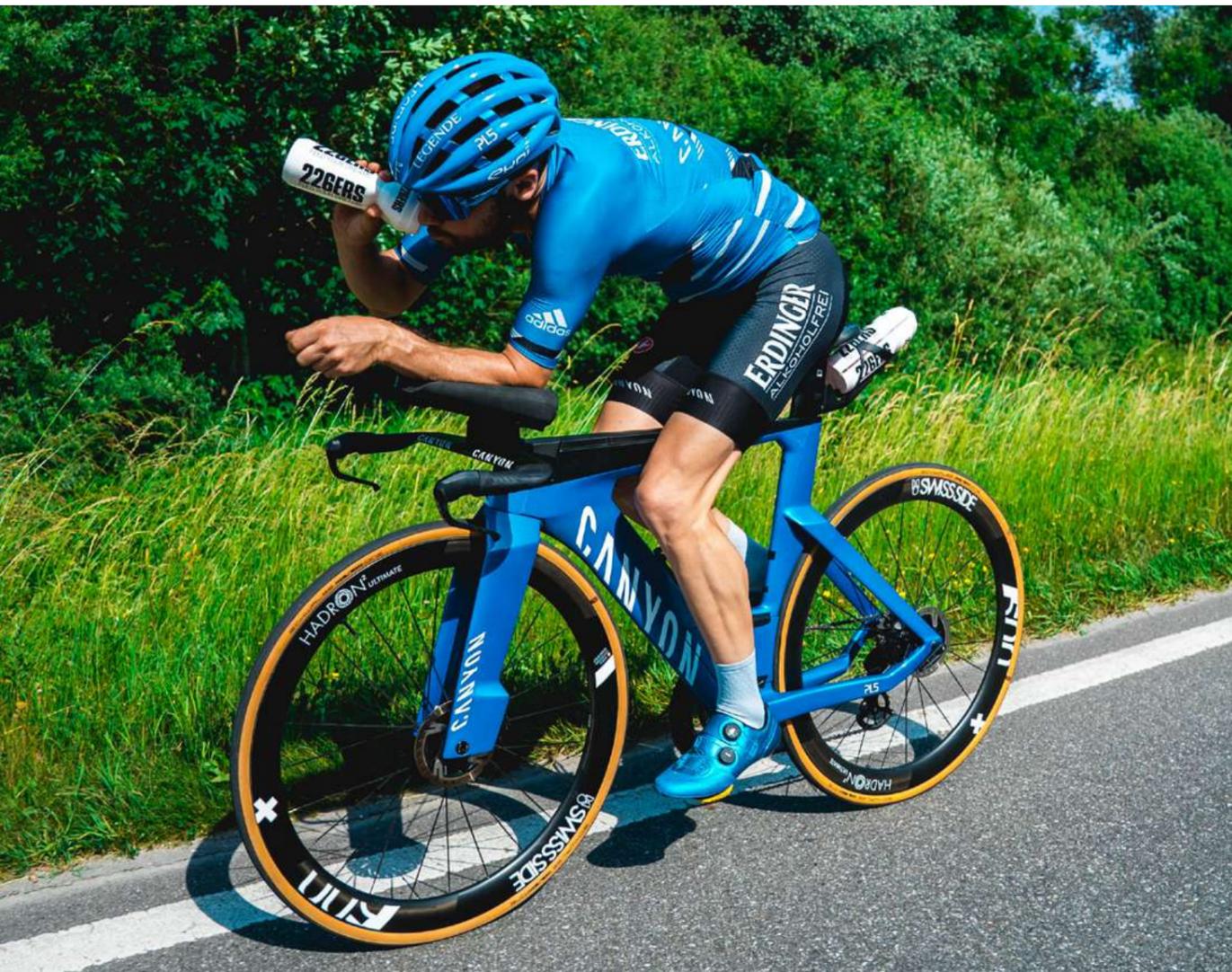


®
226ERS

WE ♥
GLUTEN FREE

226, c'est la distance en kilomètres de l'épreuve de résistance la plus exigeante au monde, qui correspond au format Ironman. De même que l'on désigne ceux qui font de la course à pied sous le terme de « runners », ceux qui pratiquent cette discipline peuvent être dénommés les **226ERS**®

226ERS®, c'est une philosophie, une façon de voir la vie, mue par la volonté de faire toujours mieux, de se dépasser jour après jour, de poursuivre ses rêves à l'aide de tous les moyens mis à sa disposition, et ce pour enfin atteindre des objectifs qui, au départ, paraissaient complètement chimériques. Il se peut que vous ayez déjà parcouru ces 226 km, mais la probabilité en est plutôt faible. Peu importe ! Cette philosophie peut parfaitement s'appliquer à tous les aspects de la vie.



Pour rester en bonne santé, que ce soit d'un point de vue physique ou mental, une bonne alimentation se révèle essentielle. Être résistants aussi bien physiquement que mentalement, c'est primordial si l'on souhaite avoir le plus de chances possibles d'atteindre nos objectifs. C'est la raison pour laquelle nous avons cherché, et nous poursuivons dans cette voie, à créer une gamme de produits qui vous aide à rester en pleine forme : un esprit sain dans un corps sain. Tous nos produits sont sans gluten et sont élaborés, dans leur grande majorité, à partir d'ingrédients et de composants naturels faibles en sucres ou sans sucres et sans OGM (organismes génétiquement modifiés). Tout a été pensé pour que rien ne puisse gêner la digestion ainsi que la correcte absorption de tous les nutriments dont votre corps et votre esprit ont besoin.

ÇA VOUS PARLE?

BOISSON ISOTONIC

SAVEURS

- N070 COLA
- Y088 CITRON
- O070 MANGUE
- R202 FRUITS ROUGES



Isotonic Drink est une boisson isotonique et énergisante sans gluten, sans lactose et sans sucre. Contient un mélange de vitamines, de minéraux et de bêta-alanine pour couvrir leurs besoins pendant l'exercice.

Son emploi est tout particulièrement recommandé pour les exercices physiques intenses ou les compétitions d'une durée inférieure à 90 minutes. Cette boisson sert à hydrater et à reconstituer les réserves en sels minéraux avant les compétitions et à récupérer les réserves de sels minéraux à la fin de l'exercice physique.

Convient aux végétaliens, sans gluten, sans lactose et sans sucre, favorisant l'assimilation complète des nutriments.

FORMAT	REF	PVC
1kg	226ER010024	33.00€
500g	226ER010025	22.00€
Monodoses à l'unité (20g)	226ER010023	1.80€
Monodoses en pack de 20		36.00€



Pour reconstituer les réserves en sels minéraux (500ml pendant l'heure précédant l'exercice).



En tant qu'apport en sel, prenez 500 à 800ml / heure.

BOISSON ENERGY SUB-9

SAVEURS

- O070 MANGUE
- G183 PASTÈQUE



SUB 9 ENERGY DRINK. Produit énergétique spécialement indiqué pour les entraînements et les compétitions d'une durée de plus de 4 heures (ultra-trails, triathlon longue distance, courses cyclistes sur route ou tout-terrain par étapes). Ce produit innovant apporte suffisamment de glucides pour garantir l'énergie nécessaire à la pratique sportive, ainsi que des protéines à assimilation rapide et des BCAA 8.1.1. Il apporte en outre du sodium, le minéral le plus consommé par notre organisme au cours de l'exercice.

FORMAT	REF	PVC
1kg	226ER010014	42.00€
Monodoses à l'unité (50g)	226ER010011	2.60€
Monodoses en pack de 15		39.00€



Pour reconstituer les réserves en sels minéraux (50 ml pendant l'heure précédant l'exercice).



Entraînements ou compétitions de plus de 4 heures (500ml / heure).

BOISSON ENERGY

SAVEURS

- Y088 CITRON
- O068 MANDARINE
- R202 FRUITS ROUGES



Energy Drink est la boisson parfaite à prendre pendant les entraînements, là où un apport en glucides se révèle nécessaire. En outre, elle réduit la fatigue et améliore les performances grâce aux ingrédients fonctionnels présents dans sa formule. Son principal avantage : elle procure de l'énergie sans sucre. Chaque ration contient 45g de glucides issus de l'amidon de pomme de terre (amylopectine). Ce dernier présente de gros avantages par rapport aux autres ingrédients généralement utilisés dans les boissons énergétiques.

FORMAT	REF	PVC
1kg	226ER010015	35.00€
500g	226ER010016	22.00€
Monodoses à l'unité (50g)	226ER010012	2.80€
Monodoses en pack de 15		42.00€



Fonction préalable : renouvellement des réserves en glycogène (avant l'exercice).



Entraînements ou compétitions entre 90 minutes et 4 heures maximum (500 ml / heure).

BOISSON ENERGY RACE DAY SUB-9

SAVEURS

- Y088 CITRON



Sub9 Race Day est actuellement la boisson sportive énergétique qui apporte le plus de glucides par prise. Pour pouvoir assimiler ses 82g de glucides et ses 332kcal, le projet a été d'obtenir une boisson à faible osmolarité utilisant comme composants principaux la cyclodextrine et la Palatinose, des glucides de dernière génération qui améliorent le réapprovisionnement du glycogène. Elle apporte pratiquement 1g de BCAA avec un rapport 8:1:1, avec un supplément de leucine à chaque prise. La combinaison de ces acides aminés essentiels est parfaite pour les sports de résistance.

FORMAT	REF	PVC
Monodoses à l'unité (87,5g)	226ER010013	5.50€
Monodoses en pack de 9		49.50€



Pour reconstituer les réserves en sels minéraux (500ml pendant l'heure précédant l'exercice).



En entraînement ou en compétition à partir de 500ml / heure.

BOISSON HIGH FRUCTOSE

SAVEURS

- D248 NEUTRE
- Y131 CITRON
- G183 PASTÈQUE



High Fructose Energy Drink apporte 87 g de glucides et 500 mg de sodium par ration, provenant de la maltodextrine et du fructose, dans un rapport de 10:8. Cette formule est basée sur des « glucides transportables multiples » ; des études* ont d'ailleurs démontré que, au cours d'exercices prolongés, la prise de glucides absorbés dans l'intestin par divers transporteurs constitue le seul moyen d'augmenter le taux d'assimilation et d'oxydation des glucides exogènes au-delà de 60 g/heure.*

À cet effet, les recherches confirment que l'idéal est de combiner différentes sources de glucides. De notre côté, nous avons opté, d'une part, pour la maltodextrine, ce qui permet de contrôler le poids moléculaire/l'osmolarité et, d'autre part, pour le fructose bien évidemment.

* Recueil d'études de Jeukendrup, sur la base des références bibliographiques de Jentjens, R.L (2004), Pfeiffer, B. (2010), Currell, K (2008) et Jeukendrup, A.E (2011, 2014).

FORMAT	REF	PVC
1kg	226ER010076	33.00€
Monodoses à l'unité (90g)	226ER010012	3.50€
Monodoses en pack de 9	226ER010077	31.50€



Diluer 3 mesures (90g) dans 500ml d'eau.

WHEY PROTEINE

SAVEURS

- N066 CHOCOLAT
- O031 VANILLE
- N065 CAPPUCINO



La Whey Protein est une protéine de haute valeur biologique, car elle fournit tous les acides aminés essentiels nécessaires à la croissance et au maintien des fonctions physiologiques.

FORMAT	REF	PVC
1kg	226ER010036	48.00€



Juste avant ou après une séance d'entraînement.
En complément d'un régime amaigrissant ou riche en protéines.



PROTEINE ISOLATE

SAVEURS

- N066 CHOCOLAT
- O065 COULIS VANILLE



Isolate Protein est un isolat de lactosérum ultra-pur et ultrafiltré GRASS FED, car il provient uniquement de vaches nourries à l'herbe sans l'utilisation d'antibiotiques ou d'hormones de croissance, maintenant ainsi les caractéristiques biologiques des peptides de lactosérum. Ainsi on obtient un shake à haute valeur protéique, très pauvre en graisses, glucides et sucres.

Chaque shot apporte 110Kcal, environ 25g de protéines, seulement 3g de glucides et 0,2g de sucre, tout en étant pauvre en lactose, avec un pourcentage inférieur à 1%.

FORMAT	REF	PVC
1kg	226ER010035	63.00€



Juste avant ou après une séance d'entraînement.
En complément d'un régime amaigrissant ou riche en protéines.



PROTEINE VEGAN

SAVEURS

- N076 POWDRE DE CACAO
- R202 FRUITS ROUGES
- O031 VANILLE



Produit adapté aux régimes véganes, avec 70% de protéines (21g de protéines par ration). Avec à peine plus de 100 calories, faible en matières grasses et sans sucres ajoutés, car c'est la stévia qui lui donne son goût sucré. Son apport en sucre par ration est inférieur à 0,5g. Il s'agit donc de l'aliment idéal à prendre à n'importe quel moment de la journée. Il permet d'augmenter la consommation de protéines végétales de manière saine.



FORMAT	REF	PVC
700g	226ER010031	35.00€

PROTEINE KETO

SAVEURS

- N066 CHOCOLAT
- Y135 YAOURT CITRON



Keto Protein est un milkshake protéiné, parfaitement adapté aux régimes cétogènes, formulé avec 30-35% de lipides, 35% de protéines et seulement 2,4g de glucides nets par ration, et moins de 1g de sucre.

La formule de Keto Protein permet de conserver des taux faibles de glycémie et d'insuline dans le sang. L'organisme peut donc utiliser facilement les lipides stockés comme source d'énergie et est maintenu plus longtemps en état de cétose.



FORMAT	REF	PVC
500g	226ER010043	38.00€



Il est parfait à prendre au moment de rompre votre jeûne, pendant l'entraînement pour un regain d'énergie Keto ou à tout moment de la journée soit dans un repas principal ou entre les repas comme un shake sain.

BOISSON RECOVERY

SAVEURS

- N066 CHOCOLAT
- N065 CAPPUCCINO
- R221 FRAISE
- O031 VANILLE
- G183 PASTÈQUE
- Y135 YAOURT CITRON



Recovery Drink est la boisson idéale pour une bonne récupération à la suite d'un entraînement. Elle apporte plus de 40% de protéines de haute qualité qui proviennent d'un concentré de protéines de lactosérum GRASS FED (vaches nourries à l'herbe, sans ajout d'antibiotiques ni d'hormones de croissance), et contiennent moins de 2g de sucre par ration pour ne pas interférer avec l'assimilation des nutriments.

FORMAT	REF	PVC
1kg	226ER010027	44.00€
500g	226ER010028	26.00€
Monodose de 50g	226ER010026	2.80€
Monodoses en pack de 15		42.00€



0'-30' juste après un entraînement ou une compétition (250-500ml).

BOISSON RECOVERY VEGAN

SAVEURS

- O065 COULIS VANILLE
- N052 CACAO & CAMEL



La Recovery Drink aide à :

- > Reconstituer les réserves de glycogène à l'aide de glucides de qualité.
- > Protéger et reconstituer les muscles après l'exercice grâce aux protéines et acides aminés.

Elle offre un rapport protéines/glucides d'environ 1:1, ce qui représente une quantité élevée de protéines pour un agent récupérateur. Elle a été formulée ainsi car, après l'effort, il est fréquent de consommer des aliments riches en glucides, comme des fruits, de l'avoine, des barres énergétiques, etc. Et l'on néglige par la même occasion l'apport en protéines qui est essentiel à la récupération musculaire.

FORMAT	REF	PVC
1kg	226ER010029	40.00€
500g	226ER010030	26.00€



0'-30' juste après un entraînement ou une compétition (250 - 500ml).

SELS (13 COMPRIMÉS)

SAVEURS

■ Y088 CITRON



Les électrolytes présents dans le sang ainsi que dans d'autres fluides corporels et leur équilibre extracellulaire et intracellulaire sont particulièrement importants pour notre santé et notre bien-être ; ils remplissent d'ailleurs des fonctions essentielles :

- > Ils régulent la quantité d'eau présente dans le corps.
- > Ils sont indispensables au bon fonctionnement des muscles.
- > Ils régulent le pH du sang.
- > Ils régulent les fonctions nerveuses de l'organisme.



FORMAT	REF	PVC
Boîte de 13 comprimés	226ER010066	8.00€



AVANT l'exercice comme source d'hydratation.

PENDANT la séance d'entraînement, sous forme d'apport en sels minéraux.

APRÈS l'exercice comme source d'hydratation.

BOISSON HYDRAZERO

SAVEURS

- Y088 CITRON
- B302 TROPICAL
- R221 FRAISE



Hydrzero est une boisson contenant les sels minéraux indispensables lors de l'exercice. Il faut en effet renouveler les électrolytes perdus pour un rendement satisfaisant, non seulement lors des compétitions mais aussi des entraînements.

Chaque prise d'Hydrzero apporte :

- > 500mg de sodium, ce qui permet d'améliorer l'hydratation et offre un meilleur équilibre des fluides corporels.



FORMAT	REF	PVC
225g	226ER010022	30.00€
Monodose de 7.5g	226ER010021	1.50€
Monodoses en pack de 20		30.00€



AVANT l'exercice comme source d'hydratation.

PENDANT la séance d'entraînement, sous forme d'apport en sels minéraux.

APRÈS l'exercice comme source d'hydratation.

SALTS ELECTROLYTES



Grâce aux gélules SALTS :

- > Nous garantissons un niveau approprié en sels minéraux.
- > En cas de séances d'exercices prolongées :
 - Dites stop aux crampes musculaires.
- > En cas de séances d'exercices à haute intensité :
 - Retardement de l'apparition de la fatigue.

De plus, ce produit :

- > Apporte zéro calorie.
- > Garantit un rendement élevé avec un niveau de sels minéraux adapté.

FORMAT	REF	PVC
Boîte de 100 gélules	226ER010003	25.00€



AVANT : Prendre 1 gélule 30' avant l'effort.

PENDANT : Et 1 gélule toutes les 30'-60' (minutes) pendant l'effort, avec au moins un verre d'eau pendant la prise (150ml).

APRÈS : Prendre 1 gélule 30' (minutes) après l'effort.



SALTS ELECTROLYTES SUB-9



SUB9 SALTS ELECTROLYTES est une évolution de SALTS ELECTROLYTES conçue pour une prise continue lors d'exercices plus importants.

Quant aux minéraux, la quantité de sodium a été augmentée à 250mg et celle de magnésium à 18,15mg, le potassium a été réduit à 54,01mg, recherchant une proportion inférieure à celle des sels précédents en gélules.

Ils contiennent de l'extrait de gingembre afin d'améliorer la digestion, principal problème dans ce type de discipline. Format unidose, gélules individuelles.

FORMAT	REF	PVC
Boîte de 100 gélules	226ER010002	35.00€
40 sachets de 2 gélules	226ER010001	40.00€



AVANT : Prendre 1 gélule 30 minutes avant l'exercice.

PENDANT : 1 gélule toutes les 30-60 minutes pendant l'exercice, avec au moins un verre d'eau à chaque fois.

APRÈS : 1 gélule pour accélérer la récupération.



GELS ENERGY BIO

SAVEURS

- N060 CAFÉINE-COLA
- N062 CAFÉINE-FRUITES DES BOIS
- N059 CAFÉINE-CITRON
- N063 CAFÉINE-MELON
- R222 FRAISE & BANANE



Il existe des situations d'exigence physique extrême où un produit en gel est essentiel pour :

- > Sa facilité de transport.
- > Sa facilité d'emploi.
- > Son énergie disponible maximale et fortement concentrée.

Avec des ingrédients BIO:

- > Les fruits, la caféine et les sirops de glucides complexes et simples utilisés sont issus de l'agriculture biologique, ainsi que les arômes utilisés, obtenant ainsi une meilleure saveur et une meilleure assimilation.
- > Différentes options : sans caféine, avec caféine et supplément de sodium.



Prendre 1 gel toutes les 20-60 minutes (selon le gel que vous prenez) accompagné d'eau.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC EN PACK
GEL ENERGY BIO 25g - 100mg de caféine (x40 gels)	226ER010056	2.40€	96.00€
GEL ENERGY BIO 25g - 25mg de caféine (x40 gels)	226ER010057	2.40€	96.00€
GEL ENERGY BIO 25g - 50mg de caféine (x40 gels)	226ER010058	2.40€	96.00€
GEL ENERGY BIO 25g - SANS caféine (x40 gels)	226ER010059	2.40€	96.00€
STICK GEL ENERGY BIO 25g - 25mg de caféine (x40 gels)	226ER010060	2.10€	84.00€
STICK GEL ENERGY BIO 25g - SANS caféine (x40 gels)	226ER010061	2.10€	84.00€
STICK GEL ENERGY BIO 40g - 160mg de caféine (x30 gels)	226ER010062	2.80€	84.00€
STICK GEL ENERGY BIO 40g - 80mg de caféine (x30 gels)	226ER010063	2.80€	84.00€
STICK GEL ENERGY BIO 40g - SANS caféine (x30 gels)	226ER010064	2.80€	84.00€

GELS HIGH ENERGY (X24 GELS)

SAVEURS

- D248 NEUTRE
- Y088 CITRON
- Y126 BANANE
- N058 CAFÉINE-CERISE
- N057 CAFÉINE-CAFE ESPRESSO
- V056 BCAA-CASSIS
- O064 BCAA-ORANGE
- R226 SALTY-FRAISE
- N077 SALTY-CACAHUETE & MIEL



- > Ce gel permet d'obtenir une énergie à diffusion prolongée, parfaite pendant et après l'exercice.
- > Il y a moins de pics d'insuline, ce qui favorise l'utilisation du glucose pour les processus cellulaires sur une durée plus courte, tout en conservant le taux de glycémie plus longtemps.
- > Vidange gastrique rapide grâce à un poids moléculaire important et une faible osmolarité, ce qui favorise la digestion et réduit les effets secondaires gastro-intestinaux.
- > N'empêche pas la combustion des graisses.

Sous forme de stick de 76g, de 200kcal, chaque gel contient 50g de glucides au rapport 1:1 pour les glucides simples et complexes.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC EN PACK
GEL HIGH ENERGY 76g (x24 gels)	226ER010068	3.50€	84.00€
GEL HIGH ENERGY 76g - CAFÉINE (x24 gels)	226ER010069	3.50€	84.00€
GEL HIGH ENERGY 76g - BCAA'S (x24 gels)	226ER010070	3.50€	84.00€
GEL HIGH ENERGY 76g - SALTY (x24 gels)	226ER010071	3.50€	84.00€



Vous pouvez consommer jusqu'à 2 sticks par heure pendant l'exercice avec 500ml d'eau au besoin. Restez toujours hydraté.

GELS HIGH FRUCTOSE

SAVEURS

- N060 CAFÉINE-COLA
- R221 FRAISE
- Y126 BANANE



High Fructose Gel apporte 55g de glucides et 250mg de sodium par gel, provenant de la maltodextrine et du fructose, dans un rapport de 10:8.

Cette formule est basée sur des « glucides transportables multiples » ; des études* ont d'ailleurs démontré que, au cours d'exercices prolongés, la prise de glucides absorbés dans l'intestin par divers transporteurs constitue le seul moyen d'augmenter le taux d'assimilation et d'oxydation des glucides exogènes au-delà de 60g/heure.*

*Études de compilation Jeukendrup, basées sur les références bibliographiques de Jentjens, R.L (2004), Pfeiffer, B. (2010), Currell, K (2008) et Jeukendrup, A.E (2011,2014).

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC
GEL HIGH FRUCTOSE 80g - CAFÉINE (x24 gels)	226ER010074	2.70€	64.80€
GEL HIGH FRUCTOSE 80g (x24 gels)	226ER010075	2.70€	64.80€



BANANA & STRAWBERRY : Consommez 2 unités max. toutes les 60 minutes pendant l'exercice avec env. 300ml d'eau.

COLA (CAFÉINE) : Consommez 1 unité max. toutes les 60 minutes pendant l'exercice avec env. 300ml d'eau.



GELS ISOTONIC (X24 GELS)

SAVEURS

- Y088 CITRON
- G183 PASTÈQUE
- N060 CAFFÉINE-COLA
- B325 ICE-MENTHE
- B326 ICE-MENTHE & MYRTILLE



- > Ce gel permet d'obtenir une énergie en libération prolongée, parfaite pendant et après l'exercice.
- > Le nombre de pics d'insuline est plus faible, ce qui favorise l'utilisation du glucose pour les processus cellulaires sur une durée plus courte, tout en conservant le taux de glycémie plus longtemps.
- > Vidange gastrique rapide grâce à un poids moléculaire important et une faible osmolarité, ce qui favorise la digestion et réduit les effets secondaires gastrointestinaux.
- > N'empêche pas la combustion des graisses.

Sa principale caractéristique est qu'il n'a pas besoin d'eau pour être pris, car le gel contient la quantité nécessaire à sa consommation. Sous forme de stick de 68 g, il apporte 89 kcal, contient 22 g de glucides par gel dont la quasi-totalité représente des glucides complexes, et avec seulement 1,4 g de sucre.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC PAR PACK
GEL ISOTONIC 68g (x24 gels)	226ER010072	3.20€	76.80€
GEL ISOTONIC 68g - CAFFÉINE (x24 gels)	226ER010090	3.20€	76.80€
GEL ISOTONIC 68g - ICE (x24 gels)	226ER010073	3.20€	76.80€



Formula base et ICE : Consommez 3 gels toutes les 60 minutes pendant l'exercice. Il n'a pas besoin d'être consommé avec de l'eau.

Cola : Consommez 1 gel toutes les 60 minutes pendant l'exercice. Il n'a pas besoin d'être consommé avec de l'eau.

GEL SMART FUEL MCT C8

SAVEURS

- N074 NOISETTE
- N045 AMANDE & BANANE



SMART FUEL MCT C8 est une crème énergétique, formulée à base de crèmes de fruits secs avec un apport de 120 kcal par gel. Il se distingue par sa haute teneur en lipides.



Prendre 1 à 2 unités par heure lors d'exercices prolongés.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC
GEL SMART FUEL MCT C8 (x24 gels)	226ER010065	3.00€	120.00€

BARRES VEGAN GUMMY 30G (X42 BARRES)

SAVEURS

- O063 BCAA-MANGUE
- N061 CAFÉINE-COLA CHERRY
- Y133 ELECTROLYTE-CITRON
- O066 ELECTROLYTE-ORANGE
- R219 ELECTROLYTE-FRAISE



Barres de 30g à la texture gélatineuse, parfaites pour les entraînements comme pour les compétitions. Avantages :

- > Très agréables à prendre grâce à leur texture, elles sont faciles à mâcher et digérer.
- > Faciles à transporter. Format de 30g en une seule pièce qui nous fournit à peu près la même énergie qu'un gel.
- > Mélange de glucides qui nous fournissent de l'énergie. Les principaux ingrédients étant écologiques, comme le sucre roux et le sirop de riz, l'énergie obtenue est de grande qualité, tout en garantissant une meilleure assimilation des glucides.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC EN PACK
BARRES VEGAN GUMMY 30g - BCAA (x42 barres)	226ER010053	2.20€	92.40€
BARRES VEGAN GUMMY 30g - CAFFÉINE (x42 barres)	226ER010054	2.20€	92.40€
BARRES VEGAN GUMMY 30g - ELECTROLYTE (x42 barres)	226ER010055	2.20€	92.40€



Prendre 1 unité tous les 30 - 45 minutes pendant l'exercice avec 200ml d'eau.

Elles sont idéales pour ceux qui ont besoin d'énergie à la fois à l'entraînement et en compétition et qui préfèrent ne pas utiliser le format gel.

BARRES ENDURANCE 60G (X24 BARRES)

SAVEURS

- G187 POMME & CANNELLE
- Y128 BANANE & GINGEMBRE
- N069 CHOCOLAT NOIR
- Y088 CITRON
- N055 CAFE & CACAO
- R221 FRAISE



No Vegan WHITE CHOCO & STRAWBERRY

Elles ne contiennent que des ingrédients naturels tels que la figue ou les amandes, sans oublier des ingrédients bios comme la datte et les raisins secs. Aucun sucre, ni sirop ni arôme n'ont été utilisés, les goûts étant obtenus naturellement à l'aide de fruits, d'épices, de cacao, etc...

Chaque barre de 60g apporte plus de 200kcal ainsi qu'environ 35g de glucides faciles à assimiler sous leur forme naturelle.

Elles peuvent parfaitement être consommées pendant l'entraînement, les compétitions ou entre les repas pour apporter l'énergie nécessaire avant un effort.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC EN PACK
BARRES ENDURANCE 60g - BCAA (x24 barres)	226ER010047	2.60€	62.40€
BARRES ENDURANCE 60g - CHOCO BITS (x24 barres)	226ER010048	2.60€	62.40€



AVANT de faire de l'exercice, comme collation entre les repas ou en supplément énergétique avant de pratiquer une activité physique.

Pour un regain d'énergie **PENDANT** l'entraînement.

APRÈS : Pour reconstituer les réserves de glycogène et améliorer la récupération.

BARRES RACE DAY 40G (X30 BARRES)

SAVEURS

- Y128 BANANE & GINGEMBRE
- N069 CHOCOLAT NOIR
- G187 POMME & CANELLE
- Y131 CITRON
- R221 FRAISE
- N054 CAFE
- N078 ITALIEN
- N047 CACAHUETE
- N046 AMANDES & GRAINES



Barre énergétique de 40g parfaite à prendre lors des entraînements et des compétitions car elles sont faciles à mâcher et ont des saveurs très agréables.

Les Race Day sont une évolution des Endurance Fuel Bar ; elles sont plus fines, plus faciles à transporter et à mâcher.

Les principales caractéristiques de cette barre sont les suivantes :

- > Petites dimensions et poids de 40g.
- > La teneur en figue a été augmentée et celle de la datte a été réduite, l'index glycémique est ainsi contrôlé. Ces barres fournissent donc de l'énergie, tout en réduisant les pics d'insuline.
- > Une barre représente 124kcal et entre 21 et 25g de glucides en fonction du parfum.
- > Ces barres contiennent des graines de potiron qui donnent une texture consistante et apportent des graisses et des protéines saines.
- > Avec des ingrédients bios tels que des graines de potiron, de l'huile de tournesol et des raisins secs.

Disponible en 3 variétés et 9 saveurs différentes :

- > **BCAA** dans un rapport 8:1:1 (Leucine +) : Dark chocolate, Apple & Cinnamon y Banana & Ginger.
- > **CHOCO BITS** : Citric Lemon, Cofee & Cocoa y Strawberry.
- > **SALTY TRAIL** : Italian taste, Peanuts y Almonds & Seeds.



AVANT l'effort, comme collation entre les repas ou apport énergétique supplémentaire avant une activité physique.

Pour un apport d'énergie **PENDANT** l'entraînement.

APRÈS : Pour reconstituer les réserves de glycogène et améliorer la récupération.



FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC EN PACK
BARRES RACE DAY 40g - BCAA (x30 barres)	226ER010044	2.00€	60.00€
BARRES RACE DAY 40g - CHOCO BITS (x30 barres)	226ER010045	2.00€	60.00€
BARRES RACE DAY 40g - SALTY TRAIL (x30 barres)	226ER010046	2.00€	60.00€

NEO BARRES 50G (X24 BARRES)

SAVEURS

- N069 CHOCOLAT NOIR
- W146 COCO & CHOCOLAT
- N049 CACAHUETE & CHOCOLAT
- N068 CHOCOLAT BLANC & FRAISE
- Y127 BANANE & CHOCOLAT
- N071 COOKIE



Les NEO BAR sont des barres protéinées de 50g qui apportent entre 22 et 24g de protéines par barre et moins de 1,5g de sucre.

La protéine provient d'ingrédients tels que les protéines de lait et les peptides de collagène bovin, favorisant ainsi l'absorption des acides aminés et leur assimilation.

Elles sont sans gluten, enrobées de chocolat et n'apportent qu'environ 185 Kcal par barre.

Avec une texture agréable et des saveurs améliorées, elles sont idéales à prendre en collation à tout moment de la journée, en apport protéique et en récupération musculaire après l'entraînement.

Disponible en 6 saveurs :

- > Chocolat noir : avec poudre de cacao, pépites de soja enrobées de cacao et de chocolat noir.
- > Chocolat blanc et fraise : avec poudre de fraise et enrobage de chocolat blanc
- > Coco et chocolat : avec noix de coco râpée et enrobage de chocolat noir.
- > Cacahuete et chocolat : avec cacahuètes grillées et enrobage de chocolat au lait.
- > Banane et chocolat : avec de la banane, des graines de soja croquantes et un enrobage de chocolat au lait.
- > Cookie : avec des fèves de soja enrobées de cacao et du chocolat au lait.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC EN PACK
NEO BARRES 50G (x30 barres)	226ER010052	2.70€	64.80€



AVANT de faire de l'exercice, comme collation entre les repas ou comme apport supplémentaire en protéines avant de faire une activité physique.

APRÈS : Pour améliorer la récupération.



BARRES PROTÉINÉES VEGAN 40G (X30 BARRES)

SAVEURS

- N053 CACAO ET NOIX DE CAJOU
- R218 CERISE
- N067 CHOCOLAT & ORANGE
- W144 COCO



Barres protéinées véganes qui contiennent près de 30% de protéines végétales, ce qui équivaut à plus de 11g de protéines par barre. Elles sont enrichies avec des superaliments ou Superfoods.

Formulées avec des arômes naturels, sans huile de palme et avec un pourcentage élevé d'ingrédients bios comme la datte, le sirop d'agave, l'huile d'olive et les graines de courge.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC EN PACK
BARRES PROTÉINÉES VEGAN 40g (x30 barres)	226ER010049	2.50€	75.00€

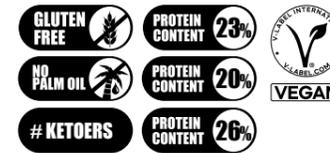


Elle peut être prise à tout moment de la journée, aussi bien comme collation saine, que pour un apport supplémentaire en protéines, entre les repas ou après l'entraînement principalement.

BARRES KETO 45G (X25 BARRES)

SAVEURS

- N069 CHOCOLAT NOIR
- N051 CACAHUETE SALE
- W145 COCO & AMANDE



Keto Bar est une barre protéinée, parfaitement adaptée aux régimes cétogènes, formulée avec 44-49% de lipides, 25% de protéines, entre 1 et 2g de glucides nets par barre et moins de 1g de sucre.

Grâce à son profil nutritionnel, Keto Bar est une barre rassasiante qui booste la flexibilité métabolique en raison de sa forte teneur en lipides et de son faible apport en glucides. Résultat : fini le brouillard mental et meilleure digestion. Plus besoin de dépendre des glucides et adieu aux pics d'insuline qui en découlent.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC EN PACK
BARRES KETO 45g (x25 barres)	226ER010050	2.50€	62.50€



Elle peut être prise à tout moment de la journée, aussi bien comme collation saine, que pour un apport supplémentaire en protéines, entre les repas ou après l'entraînement principalement.

BARRES AVOINE VEGAN 50G (X24 BARRES)

SAVEURS

- G185 PISTACHE & CHIA
- R223 FRAISE & NOIX DE CAJOU
- Y125 BANANA BREAD
- W146 COCO & CHOCOLAT
- N075 NOUGAT



Les Vegan Oat Bar sont des barres à la texture agréable car l'ingrédient principal sont des flocons d'avoine. Ces derniers offrent de nombreuses propriétés étant donné qu'il s'agit de l'une des céréales les plus complètes grâce à son apport en glucides, protéines, lipides, fibres et minéraux. Elle est riche en antioxydants et bêta-glucanes qui jouent un effet prébiotique dans l'intestin et régulent les niveaux de sucre dans le sang.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC EN PACK
BARRES AVOINE VEGAN 50g (x24 barres)	226ER010051	2.50€	60.00€



Elle peut être prise à tout moment de la journée, aussi bien comme collation saine, que pour un apport supplémentaire en protéines, entre les repas ou après l'entraînement principalement.

NITRO PRO

SAVEURS

- V057 BETTRAVE



Nitro Pro est une boisson sans gluten, apte pour les véganes, à base de concentré et d'extrait sec de betterave. Chaque ration apporte 400mg de nitrates.

Nitro Pro, formulée uniquement avec un concentré de betterave et d'extrait sec de betterave, apporte naturellement 400mg de nitrates par ration, et ce sans additifs chimiques.

FORMAT	REF	PVC UNITAIRE	PVC EN PACK
STICK NITRO PRO 10,3g (pack de 14)	226ER010019	2.50€	38.00€
STICK NITRO PRO (sachet de 290g)	226ER010020	-	55.00€



Diluer une monodose dans 150-200ml d'eau et remuer. À prendre 2-3 heures avant l'effort, pendant minimum 3 jours et maximum 7 jours pendant les semaines de forte sollicitation ou de compétition.

PRE WORKOUT

SAVEURS

- G183 PASTÈQUE
- Y132 CITRON CAFÉINE



Ses principales fonctions consistent à augmenter le niveau d'oxyde nitrique, à booster la force musculaire, à jouer un rôle anti-catabolique, ce qui aide à réduire la destruction musculaire tout en favorisant la récupération et en retardant l'apparition de la fatigue.



FORMAT	REF	PVC
PRE WORKOUT 300g	226ER010017	35.00€
PRE WORKOUT - CAFÉINE 300g	226ER010018	35.00€



Diluer 3 mesures (15g) de produit dans 200-300ml d'eau. À prendre avant ou après l'effort.

BCAA'S

SAVEURS

- N070 COLA
- Y088 CITRON
- D248 NEUTRE



Les BCAA, ce sont trois acides aminés essentiels, à savoir la leucine, l'isoleucine et la valine, qui sont métabolisés directement dans le muscle, contrairement aux autres acides aminés qui (généralement) sont métabolisés dans le foie. La combinaison de ces acides aminés essentiels représente quasiment un tiers des muscles squelettiques du corps humain et ils jouent un rôle de taille quant à la synthèse des protéines. Il s'agit du complément idéal à prendre avant ou après l'entraînement, pour accélérer la récupération musculaire et réduire la fatigue en décollant.



FORMAT	REF	PVC
BCAA's 300g	226ER010032	26.00€



Prendre 15g/jour max. dans 500ml d'eau (recommandation : 1 dose avant et 2 après l'entraînement).

CREATINE

SAVEURS

- D248 NEUTRE



C'est le complément parfait aussi bien pour les entraînements en force que pour les activités longue durée :

- > Il aide à améliorer le couple musculaire, à renforcer l'intensité de l'entraînement et la capacité de travail.
- > Ingrédient à l'efficacité cliniquement prouvée dans l'augmentation de la force musculaire et de la masse corporelle maigre.
- > La créatine aide à préserver les réserves d'énergie et à construire du muscle en améliorant le rendement physique et la capacité de travail au seuil de fatigue.
- > Elle calme la fatigue à la suite d'une activité physique et permet de récupérer plus rapidement.
- > Elle améliore également l'attention et les performances mentales, en boostant la concentration et la capacité à absorber les informations.

FORMAT	REF	PVC
CREATINE 300g	226ER010033	29.00€



- > **Chargement rapide** : Prendre une dose de 20-30g (3-5 cuillères) pendant 7 jours, répartie en 4 prises quotidiennes.
- > **Chargement lent** : Prendre 6g/jour (1 cuillère) pendant 4 semaines.
- > **Entretien** : Prendre 3g/jour (1/2 cuillère) pendant 8 à 10 semaines.



GLUTAMINE

SAVEURS

- D248 NEUTRE



La glutamine est un acide aminé non essentiel, mais fortement présent dans l'organisme. Il s'agit d'ailleurs de l'acide aminé le plus abondant dans les muscles, pouvant atteindre 60% et 20% de l'ensemble total d'acides aminés se trouvant dans le corps humain.

- > Elle aide à renouveler le glycogène musculaire à la suite d'un exercice intense.
- > Elle améliore la résistance de l'organisme et apporte son aide au système de défense du corps.
- > Elle permet d'avoir un tractus gastro-intestinal en bonne santé et préserve les fonctions immunes en cas de stress, ce qui permet de consolider ses défenses naturelles.

FORMAT	REF	PVC
CREATINE 300g	226ER010034	26.00€



Prendre 0,3g/Kg/jour (distribué juste avant et après l'effort). (Recommandation : 2 boules avant et 2 boules après l'entraînement).



6,4 AMINO +

SAVEURS

D248 NEUTRE



La GLUTAMINE est un acide aminé non essentiel mais avec une grande présence dans le corps. En fait, c'est l'acide aminé le plus abondant dans les muscles, atteignant 60% et 20% de l'ensemble total d'acides aminés dans le corps humain.

Ses fonctions incluent :

- > Aide à reconstituer le glycogène musculaire après un exercice intense.
- > Améliorer la résistance de l'organisme et aider le système de défense de l'organisme.
- > Maintient le tractus gastro-intestinal sain et les fonctions immunitaires dans des conditions stressantes.



FORMAT	REF	PVC
Boîte de 120 gélules	226ER010005	30.00€



AVANT : 3 gélules juste avant l'effort.

APRÈS : 3 gélules immédiatement après l'effort.

HUILE DE POISSON OMEGA 3

SAVEURS

D248 NEUTRE



L'oméga 3 EPA (acide eicosapentaénoïque) et l'oméga 3 DHA (acide docosahexaénoïque) sont des acides gras essentiels polyinsaturés à longue chaîne indispensables au fonctionnement de notre organisme. En effet, ils contribuent au bon fonctionnement du cœur, avec tous les avantages que cela implique pour toute personne en consommant, qu'elle soit sportive ou non.



FORMAT	REF	PVC
Boîte de 120 perles	226ER010007	30.00€

Il est recommandé de prendre 2 perles par jour pendant le repas.

OMEGA 3 VEGAN

SAVEURS

D248 NEUTRE



L'oméga 3 EPA (acide eicosapentaénoïque) et l'oméga 3 DHA (acide docosahexaénoïque) sont des acides gras essentiels polyinsaturés à longue chaîne indispensables au fonctionnement de notre organisme. En effet, ils contribuent au bon fonctionnement du cœur, avec tous les avantages que cela implique pour toute personne en consommant, qu'elle soit sportive ou non.



FORMAT	REF	PVC
Boîte de 60 perles	226ER010008	28.00€

Prendre 1 gélules par jour au cours d'un repas.

COLLEGG

SAVEURS

D248 NEUTRE



COLL-EGG, ce sont des gélules de membrane de coquille d'oeuf d'origine aviaire avec une composition unique d'origine naturelle.



FORMAT	REF	PVC
Boîte de 60 gélules	226ER010004	30.00€

Il est recommandé de prendre une gélule par jour, voire 2 pour les cas aigus.

VEGAN BETA-ALANINE

SAVEURS

□ D248 NEUTRE



Plusieurs études ont montré que la bêta-alanine favorise la synthèse de la carnosine dans les fibres musculaires, ce qui augmente considérablement les niveaux de cette substance dans les muscles.

- > La régulation du PH, en évitant l'acidité du corps produite par le lactate, ce qui retarde l'apparition de la fatigue.
- > Le maintien des réserves d'ATP, qui est la source d'énergie pour les fonctions cellulaires.
- > L'augmentation de la sensibilité du calcium dans les fibres musculaires, en augmentant la force et réduisant la fatigue pendant l'activité musculaire.



Prendre 2-4 capsules jour.

FORMAT	REF	PVC
Boîte de 90 gélules	226ER010010	18.00€

VEGAN VITAMINE +

SAVEURS

□ D248 NEUTRE



Gélules formulées tout spécialement pour répondre aux besoins du sportif, indépendamment de son niveau. Avec 24 vitamines et minéraux, un supplément de sili-cium organique extrait du bambou et du coenzyme Q10.

Les vitamines et minéraux sont essentiels au bon fonctionnement de l'organisme, tout particulièrement lors que nous soumettons notre corps à des charges d'entraînement, au stress ou au manque de repos.



Il est recommandé de prendre 2 gélules par jour entre les repas.

FORMAT	REF	PVC
Boîte de 60 gélules	226ER010006	22.00€

BISGLYCINATE DE MAGNÉSIUM VEGAN

SAVEURS

□ D248 NEUTRE



Un apport de magnésium hautement biodisponible tel que le bisglycinate de magnésium d'Albion® contribue à améliorer :

- > La diminution de la fatigue.
- > L'équilibre des électrolytes.
- > Le métabolisme énergétique normal.
- > Le fonctionnement normal du système nerveux.
- > Le fonctionnement normal des muscles.
- > La synthèse normale des protéines.

Il contient en outre un supplément de vitamine B6 qui, en sus de réduire la fatigue et le surmenage, agit sur les points suivants :

- > La production normale de globules rouges.
 - > Le bon fonctionnement du système immunitaire.
- Et son apport en zinc favorise :
- > Le métabolisme naturel des macronutriments et des acides gras.
 - > Le maintien des os dans des conditions normales.
 - > Le bon fonctionnement du système immunitaire.
 - > La protection des cellules face aux dommages oxydatifs.



Prendre 3 à 4 capsules par jour.

FORMAT	REF	PVC
Boîte de 90 gélules	226ER010009	15.00€

HUILE DE CBD

SAVEURS

■ CANNELLE



Huile de CBD goût cannelle, sans gluten, végane, avec une concentration de 15 % de CBD à large spectre. Présentée dans un format de 30 ml avec pipette compte-gouttes. De nombreuses études ont démontré que le CBD est un composant naturel aux propriétés anti-inflammatoires, analgésiques, anxiolytiques, antioxydantes et hydratantes et qu'il sert à soulager en cas de douleurs chroniques et d'inflammations, qu'il combat l'anxiété et la dépression tout en améliorant la qualité du sommeil.

CBD OIL 15 contient 4 500mg de CBD. Chaque goutte apporte 7,5mg de CBD.



Une goutte fournit 7,5mg de CBD, à utiliser au besoin.

FORMAT	REF	PVC
30 ml	226ER010078	40.00€

BEURRE DE CACAHUETE ET CRÈME D'AMANDE



Nos crèmes de cacahuètes et d'amandes ont une texture fine et crémeuse, puisque les amandes et les cacahuètes ont été broyées selon des méthodes traditionnelles de la plus haute qualité et que seules des cacahuètes grillées et des amandes grillées ont été utilisées.

Tous deux sont très nutritifs et leur consommation procure une énergie durable pendant la journée, ils présentent un apport de 25% de beurre de cacahuète et 26% de crème d'amande, protéine végétale, complète par sa teneur en acides aminés essentiels, contribue au maintien et à l'augmentation de la masse musculaire.

FORMAT	REF	PVC
Beurre de cacahuète 1kg	226ER010039	15.00€
Beurre de cacahuète 300g	226ER010038	6.00€
Crème d'amande 320g	226ER010037	13.00€

CRÈMES KETO



Les crèmes Keto sont formulées avec une forte teneur en lipides (entre 38 et 51%), contiennent beaucoup de protéines, sont pauvres en glucides et n'apportent que 0,5g de sucre par ration.

La formule de ces crèmes Keto permet de conserver des taux faibles de glycémie et d'insuline dans le sang. L'organisme peut donc utiliser facilement les lipides stockés comme source d'énergie et est maintenu plus longtemps en état de cétose.

Grâce à leur profil nutritionnel, les crèmes Keto sont des crèmes rassasiantes qui boostent la flexibilité métabolique en raison de leur forte teneur en lipides et de leur faible apport en glucides. Résultat : meilleure clarté mentale et meilleure digestion.

FORMAT	REF	PVC
CREME DE NOUGAT KETO	226ER010040	18.00€
BEURRE DE CACAHUETE & CACAO KETO	226ER010041	11.00€
BEURRE DE CACAHUETE & GRAINES KETO	226ER010042	11.00€



Vous pouvez utiliser la crème pour le petit-déjeuner, le goûter, les collations entre les repas ou au dessert.

Ajoutez-la dans vos aux céréales, vos crêpes, vos toasts, vos légumes ou vos desserts faits maison.



Vous pouvez l'utiliser pour le petit-déjeuner, le goûter, le goûter entre les repas ou le dessert.

À ajouter aux céréales, aux crêpes, aux toasts, aux légumes ou aux desserts maison.

SHAKER

Conçu pour les personnes qui bougent, notre shaker propose un seul récipient avec 2 options de filtre et un bouchon anti-fuite. Simple, mais intelligent, résistant et sans fuite.

FORMAT	REF	PVC
Shaker 800ml	226ER010079	6.00€



800 ml

BIDON

Ce bidon est conçu avec des matériaux de haute qualité et dispose d'une tétine à large ouverture.

Facile à nettoyer, il est certifié pour une qualité alimentaire optimale, sans goût ni odeur.

FORMAT	REF	PVC
BIDON LOGO 226ERS NOIR - 1L	226ER010080	7.00€
BIDON SUPERLIGHT HYDRAZERO - 550mL	226ER010081	4.00€
BIDON SUPERLIGHT LOGO NOIR - 550ml	226ER010082	4.00€
BIDON LOGO 226ERS NOIR - 750ml	226ER010083	5.00€
BIDON SUPERLIGHT HYDRAZERO - 750mL	226ER010084	5.00€



550 / 750ml

1000ml

550ml

550ml