

NUTREVER[®]

S P O R T S S C I E N C E



*Profesyonellerden ilham aldık
Profesyonellerle geliřtirdik*

HAKKIMIZDA



ÖNCELİĞİMİZ

Nutrever® olarak amacımız gerek sporcuların gerekse aktif yaşam tarzını benimsemiş insanların, spor ve beslenme konusunda kaliteli, etkin ve güvenilir ürünlerle buluşturulmasıdır. Sporun ve sağlıklı beslenmenin desteklenmesi en büyük önceliğimizdir.

Nutrever®, alanında güvenilirliği ve etkinliği onaylanmış ürünleri daha da geliştirmek için ciddi AR-GE yatırımlarına devam etmekte ve portföyüne yeni ürünler ekleyerek büyümektedir.

Nutrever® olarak profesyonellerden aldığımız ilhamla basketbol kulüpleri ve profesyonel sporcularla işbirliği içerisinde çalışmaktayız. Her bir Nutrever ürünü GMP ve HACCP koşullarını sağlayan, ISO 22000:2005 Gıda Güvenliği Sistemi sertifikalı tesislerde üretilmektedir. IFS FOOD (Uluslararası Gıda Standardı) ve FSSC 22000 (Gıda Güvenliği Sistem Sertifikasyonu) sertifikaları da üretimde aradığımız diğer kalite standartlarıdır.

Bütün ürünlerimiz T.C. Tarım ve Orman Bakanlığı'nın ithal izni ve onayı ile sizlere sunulmaktadır.



VİZYONUMUZ

Spor ve sporcu, aktif yaşam tarzını ve sağlıklı beslenmeyi destekliyoruz. Bu vizyon çerçevesinde kendimizi geliştirmeye devam etmek, sağlıklı, güvenilir ve AVRUPA standartlarında spor gıdası ve takviye edici gıdaları üretmek önceliğimizdir.



Nutrever® Spor ve Spor Gıdası Sektöründeki çeyrek asırlık bir tecrübenin neticesinde yüksek kalite ve etkinlik odaklı ürünleri sizlerle buluşturmak üzere doğdu. İşte bu mottodan hareketle bütün Nutrever® ürünleri yüksek kalite standartlarına sahip üretim tesislerinde, üstün bir gayret ve titiz bir Ar-Ge çalışmasının sonucunda geliştirilmekte ve üretilmektedir.

**HİÇ BİR HEDEF
KOLAY DEĞİLDİR**

PROTEINLER

Proteinler sağlığımız ve fiziksel performansımız için hayati önem taşıyan besin maddeleridir. Ayrıca kas dokusu, bağ dokusu, enzimler ve hormonların yapısı için temel teşkil etmektedirler. Fiziksel olarak aktif, sağlıklı bir kişinin günlük protein ihtiyacı fiziksel egzersiz yapmayana göre çok daha fazladır. Bu nedenle düzenli protein desteği kasların korunması ve geliştirilmesi açısından önemlidir.

WHEY ISOLATE PROTEIN

25.2G	6.3G	0G	0G
PROTEİN	BCAA	YAĞ	ŞEKER

İzole Whey Proteinini en saf whey proteini formudur. Yoğun kas antrenmanı yapan kişilerin ve aktif insanların beslenmelerini desteklemek amacıyla geliştirilmiştir. Biyoelverişliliği çok yüksek olan İzole Whey en hızlı emilen proteindir ve yağ, karbonhidrat ve laktoz içermez. Bu yüzden laktoz intoleransı olan bireyler tarafından da tercih edilebilir.

Nutrever Whey Isolate CFM® teknolojisiyle üretilmiştir ve Instant formdadır. Harika tada sahip, yüksek kalitede İzole Whey Proteinini, yağsız kas kütlesi gelişimi (definasyon) ve güç artışı arayanlar için idealdir.

Kullanım Bilgisi: Günlük protein ihtiyacınıza göre antrenmandan sonra, öğle yemeğinden önce ve sonra olmak üzere günde 1-3 porsiyon tüketebilirsiniz.

Ürünün aminoasit profili için www.nutrever.com.tr'yi ziyaret edebilirsiniz.



60 PORSİYON



30 PORSİYON

CFM



ÇİKOLATA

BESİN ÖĞELERİ

Enerji ve Besin Öğeleri	1 porsiyon (30g+300ml su)
Enerji	458 kJ/108 kcal
Yağ	0,45 g
- doymuş yağ	0,2 g
Karbonhidrat	0,75 g
- şekerler	0,5 g
Protein	25,2 g
BCAA	6,3 g



MULTIPLYER

MULTIPLYER
WHEY
PROTEIN

WHEY PROTEIN

WHEY PROTEIN

23G	5.3G	DÜŞÜK
PROTEIN	BCAA	KARBONHİDRAT

Whey Protein ürünleri fiziksel aktivite/spor öncesinde ve sonrasında kasları en yüksek kalitede ve amino asitlerce zengin whey proteini ile desteklemek, kas kütlesi ve hacmini artırmak için dizayn edilmiş ürünlerdir.

Nutrever Whey Protein yüksek kalitede whey proteinleri içerir.

- Kaliteli konsantre whey proteini,
- CFM® teknolojisiyle üretilmiş izole whey proteini ve
- Instant hidrolize whey proteini

Her serviste 5,3 g BCAA içerir. Insant formu sayesinde kolayca çözünür, ister süt ister su ile karıştırılabilir. Bu ürün yüksek WPI içeriği sayesinde düşük karbonhidrat oranına sahiptir. Kullanım Bilgisi: Günlük protein ihtiyacınıza göre antrenmandan sonra, öğle yemeğinden önce ve sonra olmak üzere günde 1-3 porsiyon tüketebilirsiniz.

Ürünün aminoasit profili için www.nutrever.com.tr'yi ziyaret edebilirsiniz.



67 PORSIYON

CFM



WITH
STEVIA



INSTANT
WHEY



MADE IN
GERMANY



ÇİLEK



ÇİKOLATA

BESİN ÖĞELERİ*

Enerji ve Besin Öğeleri	1 porsiyon (30g+250ml su)
Enerji	495 kJ/117 kcal
Yağ	1,8 g
- doymuş yağ	1 g
Karbonhidrat	2 g
- şekerler	1,9 g
Protein	23 g
BCAA	5,3 g

(*): Tatlara göre değerler farklılık gösterebilir.



**ŞİMDİ DEĞİLSE
NE ZAMAN?**

GAINER

(KARBONHİDRATLAR)

Karbonhidratlar vücudumuzun en temel enerji kaynaklarıdır. Bu nedenle de sporcuların performansları ve yenilenmeleri üzerinde etkilidirler. Ana besin öğeleri karbonhidratlardan oluşan ürünlere genel olarak gainer denilmektedir. Bir GAINER ürününün hem hızlı hem de yavaş salımlı enerji kaynaklarını bir arada bulundurması ve kas yapımının desteklenmesi açısından protein içermesi çok önemlidir. Zengin miktarda kompleks karbonhidratların ve proteinlerin dengeli bir karışımını içermesi beklenen bu ürünler yağsız kas kütlesi artışının desteklenmesi açısından önemlidir.



STRAINER FORMULA

GAINER FORMULA

82G	7.4G	33.5G	B6
KARBONHİDRAT	BCAA	PROTEİN	VİTAMİNİ

Nutrever Gainer Formula, içerisindeki kompleks karbonhidratların neredeyse yarısı oranında protein içerir.

Toparlanmayı destekleyen, glisemik indeksleri farklı mükemmel karbonhidrat karışımı (Maltodekstrin, fruktoz, dekstroz, vaksi mısır nişastası) ve yüksek kalitede ve yüksek orandaki protein karışımı ile (Konsantre whey proteini, izole whey proteini, hidrolize whey proteini, izole süt proteini, tavuk yumurtası proteini) harika bir kombinasyona sahiptir. Bu mükemmel kombinasyon vücudun yağsız vücut kütlesi gelişimini ve kas gelişimini aynı anda destekler. Protein metabolizmasını desteklemek amacıyla B6 vitamini ilavelidir.

Kullanım Bilgisi: : Antrenmandan önce ve antrenmandan sonra ya da yatmadan önce olmak üzere günde 2 porsiyon tüketebilirsiniz.

Ürünün aminoasit profili için www.nutrever.com.tr'yi ziyaret edebilirsiniz.



24 PORSIYON

CFM



ÇİLEK



ÇİKOLATA

BESİN ÖĞELERİ*

Enerji ve Besin Öğeleri	1 porsiyon (130g+250ml su)
Enerji	2185,5 kJ/516 kcal
Yağ	6 g
- doymuş yağ	5,5 g
Karbonhidrat	82 g
- şekerler	36,5 g
Protein	33,5 g
BCAA	7,4 g

(*) Tatlarla göre değerler farklılık gösterebilir.



**YETERİNCE
HAZIR MISİN?**

AMİNO ASİTLER

Proteinlerin yapıtaşı olan aminoasitler aynı zamanda vücudumuzda tüm metabolik süreçlerde rol alırlar. Amino asitleri "Esansiyel" ve "esansiyel olmayan" olarak iki kategoriye ayırabiliriz. Esansiyel olmayan amino asitler sağlıklı şartlarda vücudumuzca üretilirlerken, esansiyel amino asitlerin gıdalar ve takviye ürünler ile mutlaka beslenme yoluyla alınması gerekir.

JAR
RI GIBI
KARIM

Mohamed Ali vs
Sonny Liston
1964



FUNCTIONAL
TRAINING

NUTREVER
SPORTS SCIENCE



WHEY AMINO

T.A.M.H.

WHEY AMINO

5960MG	B6	KALSİYUM
AMİNO ASİT	VİTAMİNİ	İLAVELİ

Kas dokusunun oluşmasında ve gelişmesinde çok etkili olan amino asitler, günümüzde aktif yaşam tarzını benimsemiş kişilerin ve sporcuların vazgeçilmezleri arasındadır.

Amino Asit tabletler vücudun genel amino asit dengesini korumak açısından önemlidir.

Nutrever Whey Amino ürünü tablet formda olup vücudumuzun ihtiyaç duyduğu amino asitleri hızlıca elde etmemize destek olur.

Her tabletinde 1200 mg yüksek amino asit profili sayesinde eşsiz bir amino asit kaynağıdır. Ekstra Vitamin B6 ilavesi ile emilimi destekler, etkinliğini artırır ve kalsiyum ilavesi ile enerji metabolizması ve kas fonksiyonlarına destek olur.

Kullanım Bilgisi: 1 porsiyon 5 tablettir. Antrenmandan önce veya sonra ihtiyacınıza göre 1-2 porsiyon tüketebilirsiniz.



Amino Asit Profili	1 porsiyon (5 Tablet)	1 porsiyon (5 Tablet)	
L-izolösin**	329 mg		
L-lösin**	602 mg	L-arjinin	167 mg
L-valin**	347 mg	L-Aspartik asit	573 mg
L-lizin*	535 mg	Sistin	116 mg
L-metiyonin*	138 mg	L-Glutamik asit	1052 mg
L-histidin*	121 mg	Glisin	105 mg
L-fenilalanin*	199 mg	L-prolin	428 mg
L-Treonin*	370 mg	L-serin	291 mg
L-Triptofan*	126 mg	L-Tirozin	190 mg
L-alanin	271 mg	Toplam amino asit	5.960 mg

*Temel Amino asitler.
** BCAA

BCAA POWDER

8G	1.5G	0G
BCAA	L-GLUTAMIN	ŞEKER

BCAA olarak bilinen dallı zincirli amino asit destekleri Lösin, İzölösin ve Valin amino asitlerinden oluşur. BCAA'lar zamanından önce kas yorgunluğunu önler, antrenman sonrası toparlanmayı ve kas kütlelerini arttırmayı hedefler.

Nutrever BCAA Powder her porsiyonda ekstra 8 g BCAA içeriğiyle rakiplerinden üstünlüğünü kanıtlamış, 2:1:1 oranında lösin, izölösin ve valin içermektedir. Ayrıca 1,5 g glutamin amino asidi ilavelidir. Glutamin ilavesi sayesinde toparlanma sürecini hızlandırır ve kas büyümesini destekler.

Kullanım Bilgisi: Antrenmandan önce ve hemen sonra olmak üzere günde 1-2 porsiyon tüketebilirsiniz.



BESİN ÖĞELERİ

Enerji ve Besin Öğeleri	1 porsiyon (10g)
BCAA	8 g
- L-lösin	4 g
- L-valin	2 g
- L-izölösin	2 g
L-Glutamin	1,5 g



L-GLUTAMINE POWDER

5G	0G
L-GLUTAMIN	ŞEKER

Glutaminler toparlanma sürecinde anahtar öneme sahiptir ve hücre yenilenmesini ve yapılanmasını desteklerler. Kas gelişimini artırır, savunma sistemini güçlendirir, vücudumuzun yeniden yapılanma sürecini destekler. Glutamin protein metabolizması üzerinde direkt etkiye sahip, en güçlü antikatabolik amino asitlerden biridir. Yoğun antrenman esnasında kaslarda tükenirler. Bu nedenle istisnasız her antrenmandan sonra alınması önemlidir.

Nutrever L-Glutamine Powder ürünü süper mikronize formülü ile kolay karışan, %100 saf bir hammaddeye sahiptir ve 1 porsiyonda 5 g l-glutamin içerir. Nutrever L-Glutamine Powder ürünü ayrıca tatlandırıcı içermez ve istediğiniz her ürünle kolayca kullanabilmeniz için aromasız olarak formüle edilmiştir.

Kullanım Bilgisi: Antrenmandan önce ve hemen sonra olmak üzere günde 1-2 porsiyon tüketebilirsiniz.



BESİN ÖĞELERİ

Enerji ve Besin Öğeleri	1 porsiyon (5g)
L-Glutamin	5 g



A man in a gym is lifting a dumbbell with both hands, arms extended upwards. He is wearing a dark t-shirt and shorts. The background shows gym equipment like a stationary bike and a window. The entire image has a blue tint. The word "PERFORMANS" is overlaid in the center in a bold, white, sans-serif font.

PERFORMANS

CREATINE

5G	0G
KREATİN MONOHİDRAT (CREAPURE®)	ŞEKER

Kreatin sprint ataklar içeren sporlarla birlikte, yüksek yoğunluklu egzersizler sırasında enerji artışını maksimuma çıkartarak fiziksel performansı artırır. Kreatin kas yapılıması için gereken en temel enerji kaynağıdır. Kreatinin düzenli alımı ile kas gücü ve hacmi artar. Bu sayede kuvvet, güç ve dayanıklılık performansını artırır.

Nutrever Creatine, kaliteli Creapure® hammaddesi ve %100 saf kreatin içerir, ultra mikronize formülü sayesinde kolay çözüdür. Nutrever Creatine porsiyonda 5 g kreatin monohidrat içerir.

Kullanım Bilgisi: Tercihen antrenmandan önce veya sonra tüketebilirsiniz.



BESİN ÖĞELERİ

Enerji ve Besin Öğeleri	1 porsiyon (5g)
Kreatin monohidrat	5 g
- Kreatin	4,4 g





**DAHA ETKİLİ
ANTRENMAN YAPIN!**

CARNITINE 3000 LIQUID

3000MG L-KARNİTİN (Carnipure™)	207MG KAFEİN	1000MG TAURİN	YEŞİL ÇAY, KROM B VİTAMİNLERİ
-----------------------------------	-----------------	------------------	----------------------------------

Kaliteli Carnipure™ hammaddesi ile kolay emilebilir sıvı formda kompleks bir L-Karnitin ürünüdür. Düzenli ve yoğun antrenman yapan aktif insanlar için yağ yakımını destekleyici ve performans artırıcı özelliğe sahiptir. Her porsiyonda 3000 mg karnitin içerir.

Ayrıca içeriğindeki kafein, taurin ve yeşil çay özü sayesinde yüksek metabolik geri dönüş ve uyarım sağlar, B3, B5, B6 vitaminleri ile normal enerji oluşum metabolizmasına destek olur ve krom minerali ilavesi sayesinde makro besin öğeleri metabolizmasına katkıda bulunur.

Kullanım Bilgisi: Antrenmandan 30 dk önce 1 porsiyon (60 ml) tüketiniz.



LİMON

BESİN ÖĞELERİ

Enerji ve Besin Öğeleri	1 porsiyon (60ml)
Enerji	14 kJ/ 3 kcal
Yağ	0 g
- doymuş yağ	0 g
Karbonhidrat	0,12 g
- şekerler	0,06 g
Protein	0 g
Niasin (Vitamin B3)	20 mg = %125*
Pantotenik asit (Vitamin B5)	10 mg = %167*
Vitamin B6	3 mg = %214*
Krom	100 µg = %250*
L-Karnitin	3000 mg
Taurin	1000 mg
Kafein	207 mg
Yeşil Çay Ekstresi	90 mg

A man and a woman are standing in a field, possibly a park or a training area. The man is on the left, wearing a light-colored hoodie with 'RIE' on it and dark pants. The woman is on the right, wearing a dark long-sleeved top with 'EXTREME' on it and dark leggings. They are both looking towards the camera. The background shows trees and a clear sky. The entire image has a blue tint. The text 'BAHANE YOK' is overlaid in the center in a large, bold, white font.

BAHANE YOK

PROTEIN BAR

Yüksek yoğunlukta egzersiz yaparken artan protein ihtiyacından dolayı, protein barlar hızlı ve pratik oldukları için iyi bir alternatiftir. Her yere taşınabilirler ve ani açlık krizlerinizde veya tatlı isteğinizde suçluluk duymadan tüketilebilirler. Protein barlar, kas büyümesi, onarımı ve bakımını hızlandırması nedeniyle antrenman yapan herkes için gereklidir. Ayrıca ghrelin hormonunu düşürerek tokluk hissi yaratır ve iştahı azaltır. Kan şekerini stabilize eder ve bu sayede aşırı yemeyi önler. Diyet döneminizde iyi bir ara öğün alternatiftir.

XTREME PROTEIN BAR

%50	25g	DÜŞÜK
PROTEIN	PROTEIN	ŞEKER

%50 oranında yüksek protein içeriği sayesinde her bar 25 g protein içerir. Nutrever Xtreme Protein Bar ürünü bileşiminde izole whey protein-WPI içermektedir. Yüksek protein oranının yanı sıra düşük karbonhidrat ve yağ miktarı ile diyet dönemlerinde rahatlıkla tüketilebilir.

Xtreme Protein Bar porsiyonda sadece 0,8 gr şeker içerir. Mükemmel çikolata toffee lezzetini denemek isteyeceksiniz.

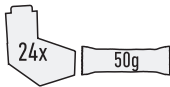
Kullanım Bilgisi: Günlük protein ihtiyacınıza göre gün içerisinde 1-2 protein bar tüketebilirsiniz.



TOFFEE
ÇİKOLATA

BESİN ÖĞELERİ

Enerji ve Besin Öğeleri	1 porsiyon (50 g)
Enerji	753 kJ/ 179 kcal
Yağ	5,6 g
- doymuş yağ	3,2 g
Karbonhidrat	11 g
- şekerler	0,8 g
- Polioller	8,9 g
Protein	25 g



PROTEIN PACK

%30

PROTEIN

18g

PROTEIN

SÜREKLİ

KARBONHİDRAT
SALINIMI

İdeal %30 protein içeriği ve dengeli karbonhidrat oranı sayesinde Nutrever Protein Pack antrenman sonrası için ideal atıştırma seçiminiz olacaktır.

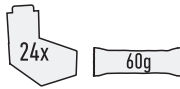
Açlık hissettiğiniz her zaman, sağlıklı ve pratik bir ara öğün alternatifidir.

Bitter çikolata kaplaması ve hindistan cevizi aroması ile lezzetine doyamayacaksınız.

Kullanım Bilgisi: Dengeli bir diyet ile beraber günde 1-2 bar tüketebilirsiniz.



HINDISTAN
CEVİZİ



BESİN ÖGELERİ

Enerji ve Besin Öğeleri	1 porsiyon (60 g)
Enerji	995kJ / 236kcal
Yağ	6,8g
- doymuş yağ	3,9g
Karbonhidrat	25g
- şekerler	15g
Protein	18g

YENİ BAŞLAYANLAR İÇİN KULLANIM ÖNERİSİ

Spora yeni başlayan bir kişi için en önemli unsurlar motivasyon, kararlılık ve devamlılıktır. Antrenmanlarınız için uzman tavsiyesi alırken beslenmenizi de ön planda tutmanız sizin için önemli olacaktır. Uygun bir beslenme tarzı ve doğru antrenman ile gerekli başarıyı elde edebilirsiniz. Yeni başlayanlar için temel ürünler amino asit içeren protein ürünleri ve karbonhidrat karışımı ürünlerdir.



VÜCUT ŞEKİLLENDİRİCİ ANTRENMANLAR İÇİN ÖNERİLER

Vücut şekillendirici antrenmanlarda amaç kaslara kan akışını hızlandırmak ve kasların şekillendirilmesini sağlamaktır. Temel gereklilikler; düşük ağırlıklar ve daha fazla tekrardır. Bu antrenman çeşidinde kas kaybı yaşanmaması için protein tüketimi çok önemlidir. Bu yüzden protein takviyeleri ve yağ yakımını destekleyen ürünlerin kombine edilmesi tavsiye edilir.



HACİM ANTRENMANLARI İÇİN ÖNERİLER

Hacim antrenmanlarında amaç kas kütlelerinin büyümesidir. Bunun için de önce temel kas kütlelerinin doğru oluşması ve daha sonrasında kas kütlelerinin büyütülmesi gerekmektedir. Temel gereklilikler; daha fazla ağırlık, daha uzun aralıklar ve yeterli miktarda tekrardır. Hacim antrenmanları için temel ürünler proteince yoğun diyetin yanında kas kütlelerini arttırmayı amaçlayan ürünlerdir.



GÜÇ VE DAYANIKLILIK ANTRENMANI KULLANIM ÖNERİSİ

Güç-dayanıklılık antrenmanları kuvvet gelişimini ve dayanıklılığı esas alır. Bu antrenmanlar çok yoğun ve yorucudur. Konsantrasyon ve performansınızı artırıcı ürünlerin yanı sıra güç gelişiminizi destekleyici takviyelerin kullanımı önerilir.





Distribütör

YENİ ELİF GIDA MADDELERİ SAN. VE TİC. LTD. ŞTİ.

Beylikdüzü OSB Mah. Orkide Cad. No:3 Merkez Beylikdüzü İstanbul

Tel: 0212 875 41 00

E-mail: info@nutrever.com.tr

www.nutrever.com.tr

