

# ОПТИМИЗИРУЙТЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ БЕЛКА

Если вы из категории людей, которые заботятся о своем здоровье и фигуре, то вы наверняка знаете, что физических упражнений и диеты может быть недостаточно для поддержания или наращивания мышечной массы. Потребление качественного протеинового коктейля ПРО-ТФ может способствовать достижению желанного силуэта.

Чтобы получить максимальную отдачу от ваших усилий в фитнес-центре, ежедневно включайте в свой рацион ПРО-ТФ и другие важные добавки. Для лучшего усвоения витаминов и минералов увеличьте потребление аскорбиновой кислоты и добавьте незаменимые жирные кислоты.

Кроме того, не забывайте пить достаточное количество воды.



\* положительный эффект достигается при ежедневном приеме 2 г линоленовой кислоты.