

ALSTOM[®]

Příběh RISTRE

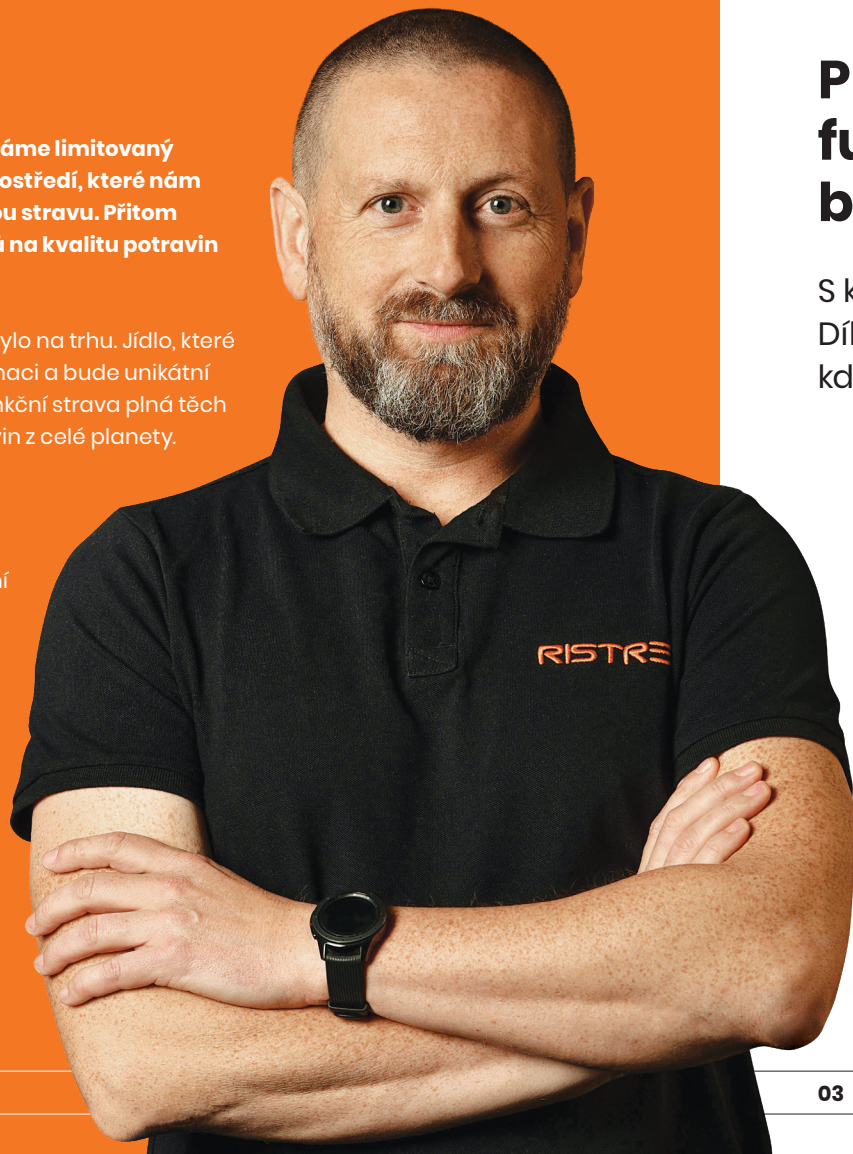
Každému z nás se někdy stane, že máme limitovaný čas na jídlo nebo jsme v situaci či prostředí, které nám neumožňuje si dát zdravě vyváženou stravu. Přitom ale nechceme slevit z našich nároků na kvalitu potravin a komplexní složení.

Potřebovali jsme něco, co dosud nebylo na trhu. Jídlo, které bude okamžitě připravené ke konzumaci a bude unikátní svým složením. Tak vzniklo RISTRE. Funkční strava plná těch nejzdravějších surovin a superpotravin z celé planety.

„Milujeme chutě různorodých kuchyní a čas strávený s rodinou a přáteli u dobrého jídla. Cílem RISTRE není nahradit tyto příjemné okamžiky a společenské události. Pokud jste však až příliš zaneprázdnění a na kvalitní stravu vám nezbývá čas, RISTRE je tu pro vás.“

DAMIEN THORN

zakladatel RISTRE



Připravili jsme pro vás unikátní funkční jídlo, které si můžete dopřát bez jakékoliv přípravy.

S každou porcí RISTRE doplníte živiny v optimálním poměru. Díky praktickému uzavíratelnému balení ho můžete mít kdykoliv při ruce.



- ✓ 60 ingrediencí
- ✓ přírodní suroviny
- ✓ kvalitní proteiny
- ✓ plné superpotravin
- ✓ kdykoliv, bez přípravy
- ✓ trvanlivost 6 měsíců bez ledničky

Přibalte si RISTRE na náročnou směnu, na dlouhý den za volantem nebo v kanceláři. Skvěle se hodí také pro vytrvalostní sportovce nebo na výlety.



Spolehlivě zasytí

Kašovitá struktura a kombinace surovin včetně syrovátkového, vaječného a konopného proteinu vás spolehlivě zasytí na 5 hodin. Zároveň se po RISTRE nebudete cítit těžce, a tak se můžete dál věnovat náročné práci nebo svým koníčkům.



Dodá energii

Postupně se uvolňující sacharidy z kvalitních bezlepkových zdrojů, jako jsou jáhly, pohanka či quinoa, vám pomůžou dobít energii a déle si ji udržet – v terénu, na tréninku nebo na nekončící pracovní schůzce. Guarana a taurin vám navíc okamžitě zvýší výkonnost.



Povzbudí myšlení

Mentální výkonnost nakopne guarana, ginkgo biloba a především DMAE. Všechny

tyto látky podpoří vaše soustředění a kreativitu. Umožní vám lépe zvládat výzvy moderní uspěchané doby. Užitečnou oporou mohou být i studentům při přípravě na zkoušky.



Posílí srdce a cévy

Pokud chcete zůstat co nejdéle v kondici, měli byste do jídelníčku zařadit také zdravé tuky. Omega-3 mastné kyseliny z rybiho tuku, konopného oleje, chia a lněných semínek jsou v RISTRE dokonce v lepším poměru než v jídelníčku obyvatel přímořských oblastí. Zdravá játra podporuje ostropestřec mariánský.



Podpoří imunitu

Většina buněk imunitního systému se nachází ve střevech, a proto RISTRE obsahuje čtyři zdroje vlákniny a vitamín D3. Přirozenou obranyschopnost organismu podporují také česnek a zázvor.



Přispěje k dobré kondici

V RISTRE najdete hned tři zdroje bílkovin, a to syrovátkový, konopný a vaječný protein. Ve vzájemné synergii

pomáhají tělu k potřebným výkonům i následné regeneraci. RISTRE obsahuje i našemu tělu vlastní látku kreatin, který mnoho sportovců využívá pro zlepšení síly a rychlosti.

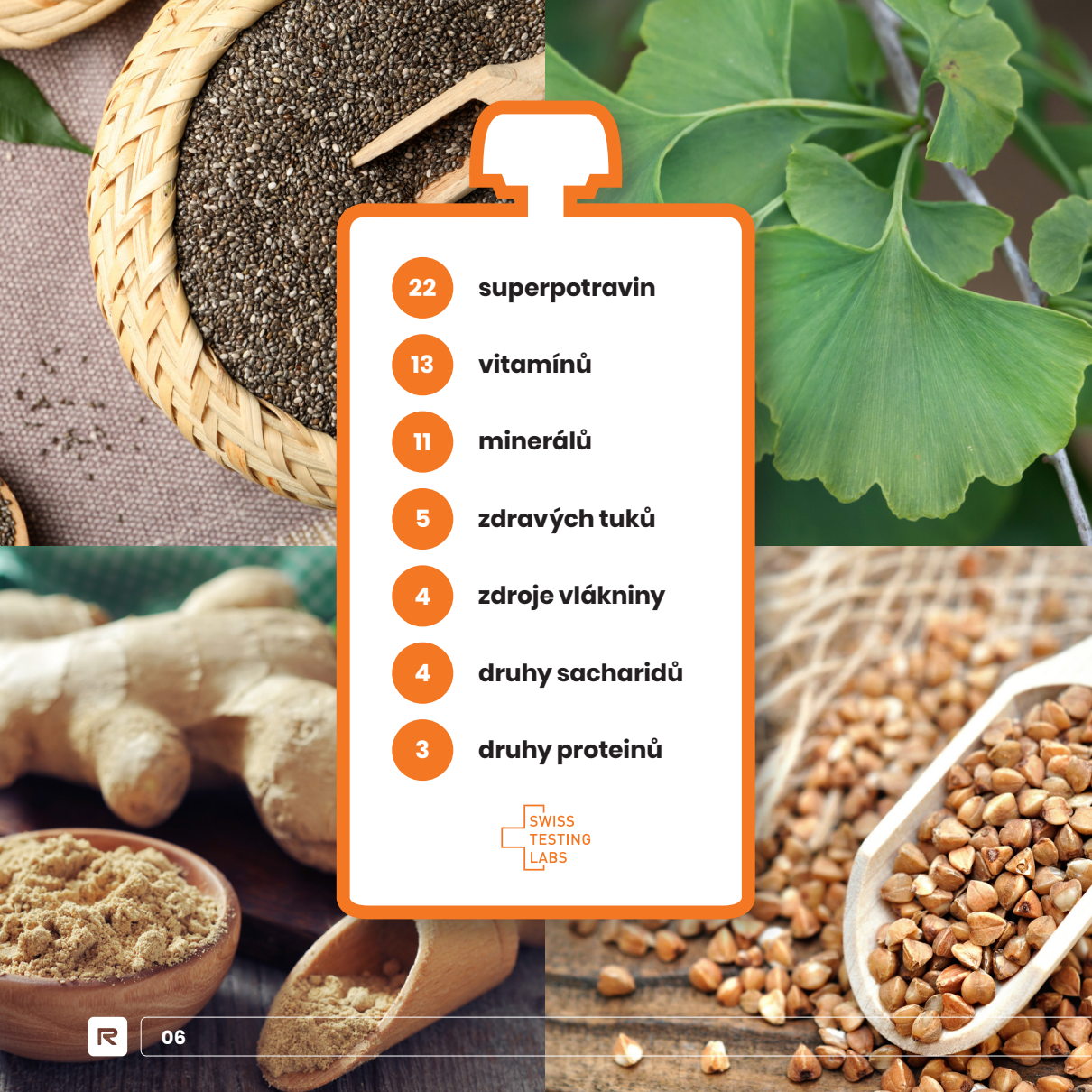


Bojuje proti stárnutí

Užívejte si krásnou, pevnou a pružnou pleť díky mořskému kolagenu. Ten potlačuje tvorbu vrásek a má příznivý vliv na vlasy, nehty i klouby. Množství mořského kolagenu v RISTRE patří k nejvyšším na našem trhu i mezi doplňky stravy. K potřebné hydrataci pokožky přispívá kyselina hyaluronová. Atraktivní vzhled podpoří také koenzym Q10. Pomyslnou třešničkou

na dortu je japonská houba dlouhověkosti – reishi.





22 superpotravin

13 vitamínů

11 minerálů

5 zdravých tuků

4 zdroje vlákniny

4 druhy sacharidů

3 druhy proteinů



Výživové údaje

Velikost porce (1 porce v balení)

1 balení = 200 g / 500 g

	100 g	200 g	500 g
Energetická hodnota	133,2 kcal / 557 kJ	266,4 kcal / 1 114 kJ	666 kcal / 2 787 kJ
Tuky	6 g	12 g	30 g
z toho nasycené	0,6 g	1,2 g	3 g
Sacharidy	11,2 g	22,4 g	56 g
z toho cukry	0,2 g	0,4 g	1 g
Vláknina	2 g	4 g	10 g
Bílkoviny	7 g	14 g	35 g
Sůl	0,2 g	0,4 g	1 g

Trvanlivost 6 měsíců bez ledničky. Bez lepku, sóji a přidaného cukru.

RISTRE zasytí, dodá energii a povzbudí myšlení. Kterí lidé si ho už oblíbili?



ALEŠ SVOBODA
pilot stíhacího letounu
Gripen, astronaut ESA
Líbí se mi funkčnost
a jednoduchost RISTRE.

Mám v něm vše – promyšlené složení, superpotraviny, nutriční hodnoty. Vyhovuje mi jednoduchost skladování a konzumace. Nemusím ho mít v lednici. Dám ho do skříně nebo do batohu a mám ho vždy hned k dispozici. Nemusím nikam nalévat vodu ani nic ohřívat. Jen odšroubuji víčko a můžu jíst. Obal je odolný, takže se nebojím, že se mi náplň někam rozteče.



MARKÉTA SIMONOVÁ
Eurowings

RISTRE je perfektní na cesty. Je jako obrovská dětská přesnídávka, která se dá pohodlně zavřít a skoro tak i chutná. Jen těch zdravých ingrediencí tam je víc a jsou pro dospělé. Jediné, co bych uvítala je menší balení. Ale obal je dokonalost sama. Když někam poletíte, vezměte si RISTRE s sebou!



ROMAN ŠEBRLE
olympijský vítěz,
TV moderátor

Zdravé jídlo je pro sportovce základ, ale někdy je přes den v televizi tolik práce, že není čas to řešit. Proto jsem si oblíbil RISTRE. Objevil jsem ho při golfu a dnes si ho беру nejen do televize a na delší cesty autem, ale doporučuji ho i svým mladým atletickým svěřencům.



MARTIN ŠROMOVSKÝ
43. výsadkový pluk,
Chrudim

Zpočátku jsem RISTRE moc nevěřil. Po testování jsem ale musel změnit názor. Zachutnalo mi a na akci mému tělu poskytlo vše potřebné. Zasytí na několik hodin a člověk se přitom cítí lehký. Jako profesionální voják a výsadkář musím především vyzdvihnout nulovou přípravu. Jen RISTRE vytáhnou a jím. To je geniální a při plnění úkolu to šetří drahocenný čas. Nyní má RISTRE v mém batohu vždy své místo.



MAREK DVOŘÁK
letecká záchraná služba

RISTRE mě velice mile překvapilo svou chutí i složením. Mám ho u sebe při svém náročném pracovním programu, kdy se může stát, že první pořádné jídlo mám až navečer a RISTRE mi pomáhá toto období překonat, aniž bych musel sáhnout třeba k čokoládě nebo fastfoodu, jako jsem to dělal dřív.



PETRA HORÁKOVÁ
KRIŠTOFOVÁ

Aktivní záloha
Armády ČR

RISTRE mi dává to nejcennější – čas. Jsem dost zaměstnaná matka, mým koníčkem je sport a mou vášní služba v aktivní záloze AČR. Díky RISTRE mám vždy u sebe kvalitní oběd a nemusím v týdnu ztrácet čas nákupy a vařením. RISTRE je pro mě skvělou volbou i tehdy, když běhám někde po lese. Chuť není podbízivá, popravdě mi zachutnala až napodruhé. Je to funkční jídlo, po kterém je mi dobře.



MICHAEL BOROŠ
8× mistr ČR v cyklokrosu

RISTRE jsem si vyhledal původně kvůli cestování na dlouhé vzdálenosti mezi závody. Potom jsem ho začal zařazovat i do svých vytrvalostních tréninků. Nezatěžuje, dobře se tráví a navíc ještě doplním všechny super živiny, které obsahuje.



ADÉLA MAŇÁKOVÁ
Krajská nemocnice
T. Bati, Zlín

Jako lékařka s náročnými
nočními směnami na

porodnici a zároveň aktivní sportovkyně
jsem velmi náročná na produkty, které
používám – potřebuji maximální výkon,
spolehlivost a žádné kompromisy. RISTRE
mě absolutně nadchlo. Dodává mi energii
přesně tehdy, kdy ji potřebuji – ať už ve
tři ráno na oddělení, ve fázi intenzivní
koncentrace nebo během náročných
sportovních výkonů.



MICHAEL PUPALA
CEO, Modrá pyramida KB

Dlouho jsem hledal
výživové řešení, které
bude vždy po ruce

– v autě, v kanceláři, v batohu i na cestách.
RISTRE mi přesně tohle nabízí: výborné
nutriční složení, nulová příprava, snadné
skladování a rychlá dostupnost i ve
chvilích, kdy není čas řešit jídlo a dlouho
shánět něco alespoň trochu kvalitního.
Za mě skvělý a promyšlený produkt, který
skutečně dává smysl. Bez RISTRE nedám ani
ránu :)



IVETA KOVALOVÁ
výživová poradkyně

Jako výživová
poradkyně a nadšenec
do outdoorových

aktivit mohu s čistým svědomím RISTRE
doporučit. Je z kvalitních surovin a obsahuje
dostatečné množství všech důležitých živin,
včetně zdraví prospěšných tuků. RISTRE je
pro mě plnohodnotnou náhradou hlavního
jídla. Nesmí chybět v mém batohu v přírodě
a taky v přihrádce v autě, protože mě
vždycky zachrání během hektického dne.
Navíc skvěle chutná!



MARTIN BERNÁTEK
zakladatel longevity
webu OlaOla

RISTRE je ideální volba
pro ty, kdo mají náročný

den, nestíhají běžné jídlo, ale potřebují
zůstat produktivní a energičtí. Poskytne
mi vyváženou výživu bez nutnosti
jakékoli přípravy. Nejvíce oceňuji, že po
jeho konzumaci se necítím těžce nebo
nafouknutý, což je problém u některých
rychlých jídel. RISTRE je skvělé, když chci jít
sportovat a cítit se dobře, aniž bych měl
pocit, že jsem přejedený.



**MICHAL
POSTRÁNECKÝ**
ČVUT, architekt hotelu
Westgate v Las Vegas

RISTRE je jídlo

budoucnosti! Mám ho jako kvalitní hlavní
jídlo na kontrolní dny na stavbě, kde člověk
stráví celý den. Vždy si několik balení беру
domů na Floridu. A to nejen pro sebe,
ale i pro dceru a její kolegy z požární stanice
Pasco County.



HYNEK ČERMÁK
herec a dobrodruh

První ochutnání RISTRE
bylo zvláštní. Nejelo mi to.
Nepřišel jsem na to, s čím

tu chuť porovnat. Dal jsem načatý sáček
do lednice. Studené, je to mnohem lepší.
A pak i v pokojové teplotě. Sežral jsem celou
tu krabici šesti balení za čtyři dny! Je to
supr, když člověk hodně maká. Nejím sladké
vůbec, ale tohle si dám. Řekl bych, dobrá
práce!



LUCIE DITMAROVÁ
ultraběžkyně, cyklistka

RISTRE mě zaujalo na
Instagramu a mile
překvapilo svou chutí.

Pro mě skvělá náhrada plnohodnotného
jídla, když nestíhám v práci nebo před
delším tréninkem. Skvěle zasytí a dodá
spoustu energie. Konzistence jako
přesnídávka je pro mě velké plus.



JAN HANUŠ
krizový manažer
a triatlonista

RISTRE mi mění život
k lepšímu. Hodně cestuji,

takže pořád řeším, co kde sníst. Teda řešil jsem, už nemusím. Díky tomu, že mám stále RISTRE někde po ruce, ať už v batohu, v přihrádce v autě nebo zrovna v ruce a „ucucávám“, jsem v pohodě. Často mi vydrží na X hodin, protože je to vážně porce a vlastně jsem ještě ani jednou nesnědl celé balení na posezení. PS: „Fakt chutná!“



IVANA FREMUTHOVÁ
Český rozhlas

Bez RISTRE si už nedokážu
svůj pracovní den
představit. Snažím se jíst

zdravě, takže když jsem si v práci nestihla zajít na oběd a nechtěla se cpát nesmysly, nejedla jsem raději vůbec. V takových dnech mi RISTRE umožňuje se kvalitně najíst bez náročné přípravy. Mám ho i v autě, protože jako maminka dvou puberťaček neustále někam jezdím. Navíc má RISTRE skvělou chuť!



KRISTÝNA VÍTOVÁ
majitelka kosmetického
salonu

Nedávno jsem objevila
RISTRE a musím říct,

že jsem nadšená! Jako majitelka salonu mám často hektické dny a potřebuji rychlý a výživný zdroj energie. RISTRE mi přesně tohle poskytuje. Navíc se mi líbí, jak je RISTRE praktické. Snadno si ho mohu vzít s sebou kamkoliv a mně jako ženě takto velké balení vydrží celý den, někdy i jako dopolední svačinka na další den.



JIŘÍ DEVÁT
exCEO Microsoft

RISTRE mi do života
vneslo řád. Během 25
let v top manažerských

rolích jsem poznal, že dobrá životospráva – dostatek spánku a pravidelná vyvážená strava zásadně zvyšují odolnost proti stresu. RISTRE mě zachraňuje v momentech, kdy bych jinak tyto zásady porušil.



ZDEŇKA ROMAŇÁKOVÁ
Klínika Malvazinky

Většina služeb
v nemocnici je takových,

že se vůbec nezastavím, a proto mám vždy po ruce RISTRE. Obvykle mi stačí jedno na celou směnu. Nemám hlad a cítím se po něm výborně.



JAN KEMPA
ultratriatlonista

Na RISTE jsem narazil díky
kamarádce a poprvé
jsem ho vyzkoušel během

mého ultraKvadratlonu (6,6 km plavání + 51 km kolečkové běžky + 470 km kolo + 52 km trail běh). Potřeboval jsem během výkonu doplňovat potřebné živiny tak, ať mi to chutná a co nejméně zatěžuje trávení. A RISTE prošlo na jedničku! Od té doby ho používám i v běžném denním režimu, když kvůli vyčerpání není prostor se najíst.



PETR HOLOUBEK
Omnipol

RISTRE je pro mě
game-changer na cesty,
zejména do rozvojových

zemí, kde není vždy možnost se normálně najíst. RISTRE tak vozím jako alternativu, která je skladná, nepotřebuje přípravu, má kvalitní složení a ještě k tomu chutná. Dávám 10/10!



MARKÉTA MACHÁČKOVÁ
SilentLab

RISTRE je pro mne skvělá
náhrada zdravého

plnohodnotného jídla, jak ve dnech pracovního vytížení, tak při celodenních výletech do hor, kde mi vždy spolehlivě a rychle dodá potřebnou energii.

**Přidáte se
k nim?**

Složení



Bílkoviny

syrovátkový protein, vaječný protein, konopný protein



Sacharidy

jáhly, pohanka, quinoa, maltodextrin



Tuky

konopný olej, lněná semínka, mandle, rybí olej, řepkový olej



Vláknina

cejlonská skořice, chia semínka, jablečná vláknina, psyllium



Superpotraviny

česnek, zázvor, ginkgo biloba, guarana, maca, mořský kolagen (1 g), reishi, kreatin monohydrát (2 g), koenzym Q10, kyselina hyaluronová, ostropestřec mariánský, 100% holandské kakao, taurin, DMAE, L-glutamin, D-asparagová kyselina, slunečnicový lecitin



Vitamíny

vitamín A, vitamín B1, vitamín B2, vitamín B3, vitamín B5, vitamín B6, vitamín B7, vitamín B9, vitamín B12, vitamín C, vitamín D3, vitamín E, vitamín K2



Minerální látky

draslík, hořčík, chrom, jód, mangan, měď, molybden, selen, vápník, zinek, železo

Energie

guarana, taurin, maca

Myšlení

DMAE, guarana, ginkgo biloba

Krása

kyselina hyaluronová, mořský kolagen, koenzym Q10

Imunita

zázvor, česnek, vitamín D3

Kondice

syrovátkový protein, vaječný protein, kreatin monohydrát

Zažívání

psyllium, jablečná vláknina, ostropestřec mariánský, cejlonská skořice

Srdce a cévy

konopný olej, rybí olej, chia semínka

Dlouhověkost

reishi, maca, koenzym Q10

SACHARIDY

Pohanka

Jedním ze zdrojů komplexních sacharidů v RISTRE je pohanka, která je přirozeně bezlepková a obsahuje řadu nutričně hodnotných látek. Pohanka je bohatá na vlákninu a mimo jiné obsahuje také některé vitamíny skupiny B, vitamín E a C. Dále v ní najdeme zinek, měď, selen či mangan a výjimečná je i obsahem rutinu. Pohanka svým složením přispívá k normální funkci kardiovaskulárního systému.

Jáhly

Dalším přirozeně bezlepkovým zdrojem komplexních sacharidů a pozvolně se uvolňující energie jsou jáhly, které se rovněž mohou pyšnit obsahem řady nutričně významných látek. Z minerálních látek zde najdeme například hořčík, draslík, fosfor, křemík, měď, železo, mangan a zinek. Z vitamínů jsou nejvíce zastoupené vitamín B1 a B2. Jáhly jsou lehce stravitelné a hodí se do každodenního jídelníčku.

Quinoa

Quinoa (Merlík čilský) je dalším zdrojem komplexních sacharidů, ale zajímavý je zde i obsah bílkovin. Quinoa má jedno z nejvýhodnějších aminokyselinových složení ze všech obilovin, jelikož obsahuje lysin, histidin, methionin a cystein, kterých

je v ostatních obilovinách většinou nedostatek. Quinoa je rovněž přirozeně bezlepková a obsahuje kromě sacharidů a bílkovin i cenné tuky. Najdeme zde rovněž řadu vitamínů (zejména skupiny B či vitamín E), minerálních látek (vápník, železo, fosfor, draslík, měď, mangan a zinek) a v neposlední řadě také vlákninu.

VLÁKNINA

Chia semínka

Chia semínka jsou kromě jiného dobrým zdrojem nenasycených tuků, zejména omega-3 nenasycených mastných kyselin. Také jsou skvělým zdrojem vlákniny a některých minerálních látek jako jsou vápník, železo, fosfor, hořčík a dále selen, měď, mangan a zinek. V chia semínkách však najdeme i některé antioxidanty jako jsou například kyselina chlorogenová a kávová. Tyto antioxidanty mají pozitivní vliv na proces stárnutí.

Jablečná vláknina

Jablečná vláknina patří mezi rozpustné druhy vlákniny, někdy se můžeme setkat také s označením pektin. Vyrábí se z jablečných slupek, které se suší a posléze melou na jemný prášek. Pro RISTRE používáme výhradně jablečnou vlákninu z bio jablek.

Psyllium

Psyllium je polysacharid, který plní v RISTRE funkci rozpustné vlákniny. Doplnění stravy o psyllium může napomoci snižovat chuť k jídlu, přispívat k normální hladině krevního cukru v krvi a udržovat normální krevní tlak či hladinu cholesterolu v krvi. Psyllium také pomáhá udržet delší pocit sytosti a zabraňuje vlivu hladu.

Cejlonská skořice

Cejlonská skořice pochází z vnitřní kůry skořicovníku cejlonského a už léta se využívá pro její blahodárné účinky a příjemnou chuť.

BÍLKOVINY

Syrovátkový protein

RISTRE obsahuje jako hlavní zdroj bílkovin syrovátkový protein. Syrovátkový protein je jedním z nejkvalitnějších zdrojů bílkovin s vysokou biologickou hodnotou. Kvalitní bílkoviny jsou v jídelníčku nepostradatelné z mnoha důvodů. Kromě toho, že plní strukturální funkce (svalová hmota), jsou součástí enzymů, hormonů i transportních látek v organismu a navíc se podílejí na tvorbě protilátek v imunitních pochodech organismu.

Vaječný protein

Vaječný protein se připravuje z vaječných bílků a patří rovněž mezi nejkvalitnější zdroje bílkovin. Právě vaječný protein je díky své kvalitě a vysoké biologické hodnotě považován za referenční standard, se kterým jsou ostatní druhy proteinů srovnávány. Je dobře stravitelný i využitelný v organismu a hodí se tak jako významný zdroj proteinu v našem jídelníčku. V kombinaci se syrovátkovým proteinem tak tělo dostává přesně to, co potřebuje.

Konopný protein

Kvalitní konopný protein je vyrobený z konopných semen. Tento rostlinný protein obsahuje všechny esenciální aminokyseliny a v kombinaci s ostatními živočišnými proteiny obsaženými v RISTRE napomáhá k zajištění dostatečného příjmu bílkovin. I přesto, že se jedná o rostlinný protein, vykazuje konopný protein poměrně dobrou stravitelnost a hodí se tak skvěle do nutričně vyváženého jídelníčku. Součástí konopného proteinu je mimo jiné i vláknina, která plní v našem stravování řadu nenahraditelných funkcí.

TUKY

Řepkový olej

Z výživového hlediska má tento olej jedno z nejvýhodnějších složení. Má nízký obsah nasycených mastných kyselin, které ve vyšším množství mohou mít negativní vliv na náš organismus. Obsahuje příznivé mono a polyenasycené mastné kyseliny a velmi potřebné omega-3 nenasycené mastné kyseliny, které jsou v naší stravě často v nedostatečné míře.

Konopný olej

Konopný olej, oproti očekávání, nemá žádné psychotropní účinky a můžeme se tak těšit z jeho blahodárných vlastností. Obsahuje esenciální mastné kyseliny v optimálním poměru a najdeme zde i vitamíny rozpustné v tucích A, D a E. Konopný olej se využívá terapeuticky u zánětů, protože působí jako protizánětlivý faktor a má vliv na normální stav naší pokožky a činnost svalů a kloubů. Olej z konopí podporuje přirozenou obranyschopnost organismu a tím i náš imunitní systém. Obsah esenciálních mastných kyselin může mít pozitivní účinky na hladinu cholesterolu a krevní glukózy a tím i na normální činnost srdce a cév.

Rybí olej

Rybí tuk je ve výživě velmi cenným zdrojem nenasycených mastných kyselin jako jsou omega-3 kyseliny EPA a DHA

(eikosapentaenová, dokosaheptaenová) a dále kyselina linolová a linolenová. Obě tyto kyseliny přispívají k normální činnosti srdce a DHA navíc přispívá k udržení normální činnosti mozku či k udržení normálního stavu zraku. Rybí tuk navíc obsahuje i velmi důležitý vitamín D, který hraje roli ve správné mineralizaci kostí i zubů a imunitních dějích v organismu.

Lněná semínka

Lněná semínka jsou výborným doplňkem jídelníčku a skvělým zdrojem omega-3 nenasycených mastných kyselin s převládající kyselinou linolenovou. Lněná semínka rovněž obsahují nezanedbatelné množství vlákniny a řadu kvalitních bílkovin. Lněná semínka můžeme považovat za antioxidant, jejich konzumace přispívá k normální činnosti srdce, pohlavních orgánů a hormonální aktivitě.

Mandle

Mandle jsou bohatým zdrojem živin. Obsahují řadu zdravých tuků, vlákninu i bílkoviny. Najdeme zde vitamín E, který je významný antioxidant pomáhající chránit naše buňky před oxidativním stresem a dále minerální látky jako je hořčík, mangan, měď a fosfor. Mandle jsou skvělým doplňkem vyváženého jídelníčku, a to nejen pro jejich nezaměnitelnou chuť.

SUPERPOTRAVINY

Pět superpotravin jsme si již výše představili. Mimo těch bohatých na vlákninu (chia semínka, cejlonská skořice), sacharidy (quinoa) či tuky (mandle, rybí olej) jich ale najdete v RISTRE dalších sedmnáct!!

Maca

Maca, neboli řeřicha peruánská je rostlina z oblasti jihoamerických And a jsou jí mnohými připisovány blahodárné účinky. Přispívá k fyzickému i duševnímu zdraví, podporuje vytrvalost a vitalitu. Užívání Macy může mít rovněž řadu pozitivních účinků na plodnost.

Reishi

Lesklokorka lesklá, japonsky reishi, znamená v překladu božská houba nesmrtelnosti. Tuto houbu využívají například šerpové v Himaláji, protože tak prý lépe zvládají vysoké nadmořské výšky a jejich nepříznivý vliv na organismus. Reishi působí na náš imunitní systém a přispívá k přirozené obranyschopnosti organismu.

Guarana

Guarana je rovněž oblíbeným doplňkem stravy, který podporuje duševní výkonnost, kdykoliv nás čeká dlouhý a náročný den.

Guarana podporuje bdělost, paměť a má pozitivní účinky na mentální zdraví. V Brazílii guaranu denně využívá k povzbuzení miliony lidí a ne nadarmo se jí říká královna stimulantů.

DMAE

DMAE neboli dimethylaminoethanol je látka, která se v malém množství vyskytuje také v mozku. Z potravy ji můžeme přijmout zejména z masa sardinek či ančoviček a může mít celou řadu pozitivních účinků. Je určena pro lidi, kteří jsou nuceni neustále čelit vysokým pracovním či studijním nárokům a chtějí dosahovat dobrých výsledků.

Ginkgo biloba

Ginkgo biloba je jedním z nejstarších stromů na světě a jeho účinky na lidský organismus jsou v tradiční čínské medicíně využívány již po staletí. Ginkgo biloba působí na periferní oběhový systém a tím ovlivňuje naše oči či sluch. Ginkgo má rovněž prokazatelný efekt na normální činnost mozku.

Koenzym Q10

Koenzym Q10 se přirozeně nachází v lidském těle a účastní se mnoha fyziologických dějů. Jeho tvorba v našem organismu s věkem klesá.

Mořský kolagen

Kolagen patří mezi jednu ze základních stavebních složek organismu, jelikož se vyskytuje v kostech, šlachách, kůži, cévách a dalších tkáních. Kolagenu máme mnoho druhů a jedním z nich je i mořský kolagen, který je zastoupen právě v RISTRE. Mořský kolagen má díky kratším řetězcům aminokyselin lepší vstřebatelnost a je pro náš organismus dostupnější než ostatní druhy kolagenu. Jedna porce RISTRE obsahuje dokonce 1000 mg mořského kolagenu.

Kyselina hyaluronová

Kyselina hyaluronová je opěvována zejména díky svým hydratačním účinkům. Vyskytuje se přirozeně v lidském těle včetně pokožky a s přibývajícím věkem jejího množství ubývá.

Zázvor

Zázvor je velmi přínosná potravina, která je bohatá na živiny a biologicky aktivní látky. Zázvor přispívá k normálnímu trávení, pomáhá potlačovat nevolnost mnoha původů a je tak skvělým pomocníkem například i při cestování. Některé studie rovněž potvrzují, že zázvor může mít vliv na normální činnost kardiovaskulárního systému a činnost srdce. Zázvor také může přispívat k normální hladině cukru v krvi a působí jako antioxidant. Pozitivně ovlivňuje naši přirozenou obranyschopnost,

imunitu a normální funkci dýchacího systému.

Ostropestřec mariánský

Ostropestřec má již dlouholetou tradici v lidovém léčitelství. Dokáže podpořit normální funkci jater a pročištění organismu, působí jako antioxidant a má vliv na normální hladinu krevního cukru. Dále se ostropestřec skloňuje v souvislosti s normální funkcí našeho zažívacího systému a trávením. V neposlední řadě podporuje tato bylina při pravidelném užívání také přirozenou obranyschopnost a celkovou odolnost organismu.

Česnek

Česnek obsahuje řadu důležitých živin jako je mangan, vitamín B6 a B1, vitamín C, selen a vlákninu. Také se zde vyskytuje vápník, měď, draslík, fosfor a železo. Již po několik generací je česnek hojně využíván při různých nachlazeních a při poruchách imunitního systému, jelikož přispívá k přirozené obranyschopnosti organismu. Dále může konzumace česneku přispět k normální činnosti srdce a objevují se souvislosti mezi konzumací česneku a hladinou cholesterolu. Bio certifikovaný česnek českého původu má v RISTRE své právoplatné místo a z jeho benefitů se můžete těšit, aniž by narušil chuťový prožitek.

Holandské kakao

Kakao je výjimečné nejen pro svoji skvělou chuť. Není třeba se ho bát ani při udržování zdravé hmotnosti a obsahuje řadu přírodních látek, které mohou vykazovat pozitivní účinky v mnoha ohledech. Kakao kromě jiného obsahuje i cennou vlákninu a řadu dalších nutrientů jako jsou železo, hořčík, fosfor, zinek, mangan či měď.

Kreatin monohydrát

Kreatin monohydrát je látkou, kterou využívá mnoho sportovců pro zlepšení síly, rychlosti a zvětšení objemu svalové hmoty. Tato látka totiž napomáhá zlepšit výkon a zároveň pomáhá rychlejší regeneraci organismu po zátěži. Není třeba se kreatinu ve výživě bát, jelikož je to našemu tělu vlastní látka a náš organismus si ji dokáže do určité míry i sám syntetizovat. V jedné porci RISTRE najdeme 2000 mg kreatin monohydrátu.

L-glutamin

Glutamin je aminokyselina, která hraje důležitou roli v tvorbě bílkovin a je přítomná v našich svazech. Rovněž se jedná o látku, kterou si naše tělo dokáže samo vytvořit.

Taurin

Taurin je považován za velmi prospěšnou látku, která se přirozeně vyskytuje v našem těle a ze stravy ho přijímáme z živočišné říše.

D-asparagová kyselina

Jedná se o kyselinu, která se přirozeně vyskytuje v naší potravě. Kyselina D-asparagová je výhodná zejména pro sportovce, kteří chtějí budovat svalovou hmotu nebo zabránit jejímu úbytku.

Slunečnicový lecitin

Lecitin jako takový, je přírodní látkou, která je obsažena v každé živé buňce. Tento je vyrobený ze semen slunečnice a jeho předností oproti sójovému lecitinu je, že nevyvolává alergie. Slunečnicový lecitin se může pyšnit řadou benefitů nejen pro sportovce, ale všechny jedince, kteří rádi žijí naplno.

VITAMÍNY

Vitamín A (retinol, beta-karoten)

Pomáhá udržovat zdraví pleti, zraku a imunitního systému.

Vitamín B1 (thiamin)

Důležitý pro metabolismus sacharidů a nervovou funkci.

Vitamín B2 (riboflavin)

Podílí se na správné funkci metabolismu a zdraví pokožky.

Vitamín B3 (niacin)

Podporuje získávání energie z potravy a funkci nervového systému.

Vitamín B5 (kyselina pantothenová)

Důležitý pro metabolismus a syntézu hormonů.

Vitamín B6 (pyridoxin)

Pomáhá při tvorbě červených krvinek a funkci nervového systému.

Vitamín B7 (biotin)

Podporuje zdraví pleti, vlasů a nehtů.

Vitamín B9 (kyselina listová)

Důležitý pro tvorbu červených krvinek.

Vitamín B12 (kobalamin)

Podílí se na tvorbě červených krvinek a zdraví nervového systému.

Vitamín C (kyselina askorbová)

Silný antioxidant, podporuje imunitu a zdraví pleti.

Vitamín D3

Podporuje zdraví kostí, imunitní systém a vstřebávání vápníku. V jednom balení RISTRE 500 g je 2000 IU a balení RISTRE 200 g je 800 IU.

Vitamín E (tokoferol)

Antioxidant, který chrání buňky před poškozením.

Vitamín K2

Důležitý pro správnou srážlivost krve a zdraví kostí.

MINERÁLY

Draslík

Má zásadní význam při udržování vodní elektrolytové rovnováhy v těle.

Hořčík

Důležitý pro svalovou funkci a metabolismus. V RISTRE používáme formu bisglycinát a malát.

Chrom

Podílí se na vstřebávání glukózy.

Jód

Klíčový pro činnost štítné žlázy.

Mangan

Pomáhá při metabolismu a ochraně proti oxidativnímu stresu.

Měď

Podporuje tvorbu energie v mitochondriích.

Molybden

Pomáhá při enzymatických reakcích v těle.

Selen

Antioxidant, který chrání buňky a podporuje imunitní systém.

Vápník

Klíčový pro zdraví kostí a zubů.

Zinek

Podílí se na imunitním systému a zdraví pokožky.

Železo

Podílí se na tvorbě hemoglobinu a transportu kyslíku.



RISTRE[®]

+420 703 331 663 | info@ristre.com | www.ristre.com