

coralclub

# Mental Force

Instrucciones de uso

**Mental Force** — is a comprehensive program designed to support the brain's cognitive functions. It consists of eight products that work together to improve cell nutrition, boost memory, enhance concentration, improve focus, and provide a calming effect during stressful times. With this program, you can improve your mental performance and achieve your goals

## PROPERTIES:

- Improves short-term and long-term memory
- Increases attention and concentration
- Normalizes your sleep-wake cycles
- Reduces acute anxiety and irritability

**This program runs for 30 day, and consists of 3 10-day stages.**

## THE SET INCLUDES:

- **Stage 1:** Memo-Prime (10 capsules), O!Mega-3 TG (10 capsules), Coral Taurine (10 capsules), Coral Lecithin (10 capsules), Coral Magnesium (10 capsules), Coral-Mine (10 sachets);
- **Stage 2:** Memo-Prime (10 capsules), O!Mega-3 TG (10 capsules), Coral Taurine (10 capsules), Coral Lecithin (10 capsules), Coral Magnesium (10 capsules), GreenGreen (20 capsules), Coral-Mine (10 sachets);
- **Stage 3:** Memo-Prime (10 capsules), O!Mega-3 TG (10 capsules), Coral Carnitine (10 capsules), Coral Taurine (10 capsules), Coral Lecithin (10 capsules), GreenGreen (10 capsules), Coral-Mine (10 sachets).

**Memo-Prime** — is a source of polyphenols (from French grapes, wild Canadian blueberries, and green tea leaves) and vitamin B. Memo-Prime helps support your memory and concentration throughout your everyday activities; it also supports stress reduction to help you when you need to focus. It contains two proprietary ingredients, MemophenoI™ and Extrafolate-S™.

**O!Mega-3 TG** — is a source of essential polyunsaturated fatty acids (PUFA) that help support the nervous system.

**Coral Lecithin** — supports a balanced brain and nervous system. Lecithin is the main source of choline. Choline may improve short-term memory and mood, as choline is needed to produce acetylcholine. Acetylcholine is a neurotransmitter (chemical messenger) that helps cells communicate with one another. However, not getting enough choline may lead to daytime sleepiness and moodiness.

**Coral Magnesium.** Magnesium helps regulate the nervous system. Magnesium has a relaxing and calming effect that promotes concentration. The best bioavailability of magnesium in the product is sourced from organic salts — bisglycinate and taurate.

**Coral Taurine** is an amino acid found in the brain and heart. It helps calm the nervous system, helps balance cardiac muscle support, and supports metabolism. Taurine is essential in balancing electrolytes in the body and regulating calcium levels in certain cells.

**GreenGreen** is a source of antioxidants-flavonoids from different plant groups — cereals, algae, fruits, berries, and vegetables. It promotes metabolism stabilization and helps prevent early signs of aging.

**Coral Carnitine.** Brain and muscle tissues (including cardiac muscle) are in most need for this substance. A sufficient content of carnitine in the body supports mental and physical performance and endurance.

**Coral-Mine** is a mineral composition of fossilized corals with salts and useful macro- and microelements (calcium, magnesium, potassium, iron, phosphorus, sulfur, silicon, chromium, manganese, zinc, etc.). When they interact with water, minerals from these salts merge with water, and help regulate your body's acidity balance.

| DOSAGE AND DIRECTIONS | STAGE #1 (DAYS 1 TO 10)   | STAGE #2 (DAYS 11 TO 20)  | STAGE #3 (DAYS 21 TO 30)   |
|-----------------------|---|---|--|
| MORNING               | <b>Memo-Prime, O!Mega-3 TG, Coral Taurine</b> 1 capsule with food | <b>Memo-Prime, O!Mega-3 TG, Coral Taurine, GreenGreen</b> 1 capsule with food | <b>Memo-Prime, O!Mega-3 TG, Coral Carnitine, Coral Taurine</b> 1 capsule with food |
| EVENING               | <b>Coral Lecithin, Coral Magnesium</b> 1 capsule with food        | <b>Coral Lecithin, GreenGreen, Coral Magnesium</b> 1 capsule with food        | <b>Coral Lecithin, GreenGreen</b> 1 capsule with food                              |

Place the contents of an unopened sachet of **Coral-Mine** into 1.5 L of drinking water. Wait 5 minutes, then drink.

## RESTRICTIONS:

If pregnant or nursing, consult your health care practitioner before taking this product. If you have thyroid problems or are taking medication containing iodine, consult your physician before taking this product.

## GENERAL DIETARY GUIDELINES:

- Choose a variety of food rich in vitamins and minerals
- Eat more protein-containing foods. When you're stressed, your body makes less protein
- Eat lukewarm food whenever possible. Always remember to cook your food properly
- Use crock pots, pressure cookers, air fryers, etc. to get that perfect cooked temperature
- Steam, boil or bake your food in the oven
- Eat 2 hours before you plan on going to bed

## RECOMMENDED DAILY WATER INTAKE:

- During the program, we recommend you drink at least 1.5 L of water with the Coral-Mine mineral composition per day
- You should drink high-quality, purified water
- The average daily liquid for an adult is half your body weight (lbs) in ounces or 30-40 ml per 1 kg of body weight

## DURING THE COURSE OF THE PROGRAM, IT IS NOT RECOMMENDED TO EATING:

- Fast food, fatty and fried food
- Sweet or salty foods
- Products with chemical preservatives or artificial flavors
- Energy drinks, sports drinks, soda
- Caffeinated beverages, like coffee, strong black tea, or alcoholic drinks

# Mental Force

## Instrucciones de uso

**Mental Force** es un programa completo diseñado para reforzar las funciones cognitivas del cerebro. El programa consta de 8 productos, que trabajan en conjunto para mejorar: la nutrición de las células cerebrales, la memoria, la concentración, el enfoque y brindar un efecto relajante durante los momentos estresantes. Con este programa podrás mejorar tu rendimiento mental y conseguir tus objetivos sin estrés.

### PROPIEDADES:

- mejora la memoria a corto y largo plazo
- aumenta la atención y la concentración
- normaliza los ciclos de sueño-vigilia
- reduce la ansiedad aguda y la irritabilidad

El programa está diseñado para 30 días y consta de 3 etapas de 10 días cada una.

### EL SET INCLUYE:

- **Etap 1:** Memo-Prime (10 cápsulas), O!Mega-3 TG (10 cápsulas), Coral Taurine (10 cápsulas), Coral Lecithin (10 cápsulas), Coral Magnesium (10 cápsulas), Coral-Mine (10 sobres);
- **Etap 2:** Memo-Prime (10 cápsulas), O!Mega-3 TG (10 cápsulas), Coral Taurine (10 cápsulas), Coral Lecithin (10 cápsulas), Coral Magnesium (10 cápsulas), GreenGreen (20 cápsulas), Coral-Mine (10 sobres);
- **Etap 3:** Memo-Prime (10 cápsulas), O!Mega-3 TG (10 cápsulas), Coral Carnitine (10 cápsulas), Coral Taurine (10 cápsulas), Coral Lecithin (10 cápsulas), GreenGreen (10 cápsulas), Coral-Mine (10 sobres).

**Memo-Prime.** Fuente de polifenoles (de uvas francesas, arándanos canadienses silvestres y hojas de té verde) y vitamina B. Memo-Prime ayuda a reforzar la memoria y concentración durante sus actividades diarias; también contribuye a la reducción del estrés para ayudarlo cuando necesite concentrarse. Contiene dos ingredientes patentados, Memophenol™ y Extrafolate-S™.

**O!Mega-3 TG** es una fuente de ácidos grasos poliinsaturados esenciales (AGP) que son un componente estructural de las células del sistema nervioso.

**Coral Lecithina.** Favorece al equilibrio del sistema nervioso y al funcionamiento del cerebro. La lecitina es la principal fuente de colina. La colina puede mejorar la memoria a corto plazo y el estado de ánimo, ya que se necesita colina para producir acetilcolina. La acetilcolina es un neurotransmisor (mensajero químico) que ayuda a las células a comunicarse entre sí. No obtener suficiente colina puede provocar somnolencia y mal humor durante el día.



**Coral Magnesium.** Ayuda a regular el sistema nervioso. El magnesio tiene un efecto relajante y calmante que favorece la concentración. La mejor forma biodisponible de magnesio en el producto proviene de las sales orgánicas: bisglicinato y taurato.

**Coral Taurine** es un aminoácido que se encuentra en altas concentraciones en el cerebro y el corazón. Contribuye a calmar el sistema nervioso, ayuda a equilibrar el músculo cardíaco y apoya el metabolismo. La taurina es esencial para equilibrar los electrolitos en el cuerpo y para regular los niveles de calcio en ciertas células.

**Coral Carnitina.** Los tejidos cerebrales y musculares (incluido el músculo cardíaco) son los que más necesitan esta sustancia. Una cantidad suficiente de Carnitina en el cuerpo favorece el rendimiento y la resistencia física y mental.

**GreenGreen** es una fuente de antioxidantes flavonoides de diferentes grupos de plantas: cereales, algas, frutas, bayas y verduras. Favorece la estabilización del metabolismo y ayuda a prevenir el envejecimiento prematuro.

**Coral-Mine** es una composición de minerales de corales relictos, que se componen de sales de macro- y microelementos esenciales (calcio, magnesio, potasio, hierro, fósforo, azufre, silicio, cromo, manganeso, zinc, etc.). Al interactuar con el agua, los minerales de estas sales se fusionan con el agua, regulando la composición mineral y el equilibrio ácido-alcalino del cuerpo.

| DOSIS E INDICACIONES:  | ETAPA #1 (DÍA 1 AL 10)  | ETAPA #2 (DÍA 11 AL 20)   | ETAPA #3 (DÍA 21 AL 30)  |
|--|---|---|--|
| <br><b>MAÑANA</b> | <b>Memo-Prime, O!Mega-3 TG, Coral Taurine</b> 1 cápsula con las comidas | <b>Memo-Prime, O!Mega-3 TG, Coral Taurine, GreenGreen</b> 1 cápsula con las comidas | <b>Memo-Prime, O!Mega-3 TG, Coral Carnitine, Coral Taurine</b> 1 cápsula con las comidas |
| <br><b>TARDE</b>  | <b>Coral Lecithin, Coral Magnesium</b> 1 cápsula con las comidas        | <b>Coral Lecithin, GreenGreen, Coral Magnesium</b> 1 cápsula con las comidas        | <b>Coral Lecithin, GreenGreen</b> 1 cápsula con las comidas                              |

Coloque un sobre sin abrir de **Coral-Mine** en 1,5 L de agua potable. El agua está lista para el consumo en 5 minutos.

### CONTRAINDICACIONES:

Consulte a su médico sobre el uso de este producto durante el embarazo y la lactancia. Las personas con problemas de tiroides o que toman medicamentos que contienen yodo, deben consultar a su médico antes de tomar este producto.

### PAUTAS DIETÉTICAS GENERALES:

- elegir alimentos ricos en vitaminas y minerales
- comer más alimentos con proteínas, ya que el organismo pierde muchas proteínas bajo estrés
- evitar largos descansos entre comidas (no más de 3 horas)
- comer alimentos tibios siempre que sea posible
- cocinar al vapor, hervir o hornear su comida en el horno
- cenar como tarde dos horas antes de acostarse

### DURANTE EL TRANCURSO DEL PROGRAMA, NO SE RECOMIENDA COMER:

- comida rápida, comida grasa y frita
- alimentos demasiado dulces o salados

### INGESTA DE AGUA DIARIA RECOMENDADA:

- durante el curso del programa, le recomendamos que beba al menos 1,5 L de agua con la composición mineral de Coral-Mine por día; debe beber agua purificada de alta calidad.
- la ingesta diaria promedio de líquidos para un adulto es de 30-40 ml por 1 kg de masa corporal; es mejor beber en porciones de 200-250 ml antes y entre comidas.

- productos con conservantes químicos y sabores artificiales
- bebidas energéticas, bebidas dulces carbonatadas
- café, té negro, cualquier bebida alcohólica