

# Nutripack

## Instruction

### PROPERTIES:

- Helps diversify your diet
- Normalizes nutrient intake for cardiovascular, nervous, digestive and immune systems
- Normalizes metabolic and regenerative body processes

### SET INCLUDES:

- Coral Alfalfa (120 capsules)
- Premium Spirulina (200 tablets)
- Coral Lecithin (120 capsules)
- O!Mega-3 TG (30 capsules)
- Super-Flora (30 capsules)
- Coral-Mine (30 sachets)

**Coral Alfalfa** is a dietary supplement based on the leaf and concentrated juice of the alfalfa plant. Alfalfa is a unique flowering plant from the pea family. It contains biologically active substances that improve overall health, stimulate the immune system, boost vitality, improve digestion. Alfalfa is a plant source of several kinds of amino acids, vitamins A, B group, E, K, minerals (such as calcium, iron, potassium, and magnesium), chlorophyll, saponins, anthocyanins, flavonoids and isoflavones. This plant is also one of the few that contains vitamin D and fluoride.

**Premium Spirulina** is produced from 100% ecologically pure algae spirulina and is made to the highest quality standards. Spirulina is a vegetable protein and contains a complete set of all the essential amino acids. Spirulina is rich in vitamins A, E, F and group B. In its composition you can find many macronutrients (calcium, potassium, magnesium) and trace elements (manganese, iron, zinc). It also has a high content of antioxidants such as carotenoids, selenium and germanium. Spirulina helps improve your metabolism, detoxifies your body and supports weight control while normalizing cholesterol levels.

**Coral Lecithin** is one of the most versatile supplements. It is indispensable in maintaining all bodily functions and systems, including the central nervous system and gastrointestinal tract. Since lecithin phospholipids are the base of all cellular including nerve fiber myelin membranes, including nerve fiber myelin membranes, this supplement is an excellent support for the nervous system. Lecithin is indis-

pensable for the proper metabolism of fats. Phospholipids contained in lecithin normalize liver function and improve bile consistency.

**O!Mega-3 TG** contains natural marine fish oil. It is a rich source of omega-3 fatty acids and vitamin E. This product contains omega-3 PUFAs in a re-esterified triglyceride form. This is similar to the natural form with high concentration of omega-3 fatty acids. Fish oil polyunsaturated fatty acids expel cholesterol from the bloodstream. One of the main functions of polyunsaturated fatty acids is to contribute to the formation of phospholipids in cellular membranes. They act as a structural component of cells in the immune, nervous and cardiovascular systems.

**Super-Flora** is a balanced combination of probiotics (*Bifidobacterium longum* and *Lactobacillus acidophilus*) and prebiotics (inulin) that in combination provide real results for your gut microbiome. The ratio of lactobacillus to bifidobacterium corresponds to that found in a healthy digestive tract, and the inulin significantly improves the effectiveness of the probiotics.

**Coral-Mine** is sourced from Japan's deep-sea coral collected in the Sea of Japan, near the islands of Okinawa and Tokunoshima. It also contains calcium, magnesium, potassium, iron, phosphorus, sulfur, silicon, chromium, manganese, zinc and other minerals and restores. A sachet placed in water enriches it with beneficial minerals and restores water-salt balance.

DIRECTIONS	DAY: 1-30	
MORNING	<b>Coral Alfalfa</b> 2 capsules <b>Premium Spirulina</b> 2 tablets <b>Coral Lecithin</b> 1 capsule	<b>O!Mega-3 TG</b> 1 capsule <b>Super-Flora</b> 1 capsule
DAY	<b>Premium Spirulina</b> 2 tablets	<b>Coral Lecithin</b> 1 capsule
EVENING	<b>Coral Alfalfa</b> 2 capsules <b>Premium Spirulina</b> 2 tablets	<b>Coral Lecithin</b> 2 capsules

Place one unopened sachet of **Coral-Mine** into 1.5L (50 oz) of drinking water. The water becomes ready for consumption within 5 minutes.

Please note, after the 30-day program, there will be 20 tablets of Premium Spirulina remaining. You should continue to take 2 tablets in the morning and 2 tablets in the evening for 5 more days.

### CONTRAINDICATIONS:

If pregnant or nursing, consult your health care practitioner before taking this product.

### GENERAL DIETARY GUIDELINES:

- Do not overeat
- Eat plant based food
- Include fresh vegetables and fruits in your daily diet
- Consume fish, lean meat, legumes, poultry as a source of protein
- Consume natural dairy products without sugar
- Limit your sugary drinks and sweets consumption
- Limit your salt, smoked, dried food consumption
- Limit your black tea, coffee and alcohol consumption
- Steam, broil or oven bake your meals
- Eat every 3 hours
- Have your last meal at least 2 hours before bed
- Consume food at room temperature

### RECOMMENDED DAILY WATER INTAKE:

Water does more than just quench your thirst and regulate your body's temperature; it also keeps the tissues in your body moist. Adequate water intake enables your body to excrete waste through perspiration, urination, and defecation. The kidneys and liver use it to help flush out waste, as do your intestines.

- It is recommended that you drink a minimum of 50 oz (1.5L) of water with Coral-Mine every day
- Average daily fluid intake for an adult is 30-40 mL per kg of weight or half your body weight in ounces.
- Drink 200-250 ml (1 glass) of water before meals and between meals. It is not recommend that you drink while eating.

These statements have not been evaluated by the U.S. Food and Drug Administration. This product is not intended to diagnose, treat, cure, or prevent any disease.

# Nutripack

Set de productos

## PROPIEDADES:

- Ayuda a diversificar tu dieta.
- Normaliza la ingesta de nutrientes para los sistemas cardiovascular, nervioso, digestivo e inmunológico.
- Normaliza los procesos metabólicos y regenerativos del cuerpo.

**Coral Alfalfa** es un suplemento nutricional a base de hojas y el jugo concentrado de alfalfa, planta con flores única de la familia de los guisantes. Contiene sustancias biológicamente activas que mejoran la salud en general, estimulan el sistema inmunológico, aumentan la vitalidad y mejoran la digestión. La alfalfa es una fuente vegetal de varios tipos de aminoácidos, vitaminas A, grupo B, E, K, minerales (como calcio, hierro, potasio y magnesio), clorofila, saponinas, anticininas, flavonoides e isoflavonas. Esta planta es también una de las pocas que contiene vitamina D y flúor.

**Premium Spirulina** se produce a partir de algas de spirulina 100% ecológicamente puras y se elabora con los más altos estándares de calidad. La espirulina es una proteína vegetal y contiene un conjunto completo de aminoácidos esenciales. La espirulina es rica en vitaminas A, E, F y del grupo B. En su composición se pueden encontrar muchos macronutrientes (calcio, potasio, magnesio) y oligoelementos (manganeso, hierro, zinc). También tiene un alto contenido en antioxidantes como carotenoides, selenio y germanio. La espirulina ayuda a mejorar el metabolismo, desintoxica el cuerpo y apoya el control de peso mientras normaliza los niveles de colesterol.

**Coral Lecithin** es uno de los suplementos nutricionales más versátiles. Es indispensable para mantener todas las funciones y sistemas corporales, incluido el sistema nervioso central y el tracto gastrointestinal. Dado que los fosfolípidos de lecitina son la base de todas las células, incluidas las membranas de mielina de las fibras nerviosas, este suplemento es un excelente apoyo para el sistema

## EL SET INCLUYE:



- Coral Alfalfa (120 cápsulas)
- Premium Spirulina (200 tabletas)
- Coral Lecithin (120 cápsulas)
- O!Mega-3 TG (30 cápsulas)
- Super-Flora (30 cápsulas)
- Coral-Mine (30 sachets)

nervioso. La lecitina es indispensable para el correcto metabolismo de las grasas. Los fosfolípidos contenidos en la lecitina normalizan la función hepática y mejoran la consistencia de la bilis.

**O!Mega-3 TG** contiene aceite de pescado marino. Es una rica fuente de ácidos grasos omega-3 y vitamina E. Este producto contiene ácidos grasos poliinsaturados omega-3 en forma de triglicéridos reducidos similar a su forma natural y con alta concentración de ácidos grasos omega-3. Los ácidos grasos poliinsaturados del aceite de pescado eliminan el colesterol del torrente sanguíneo. Una de las principales funciones de los ácidos grasos poliinsaturados es contribuir a la formación de fosfolípidos en las membranas celulares, actuando como un componente estructural de las células en los sistemas inmunológico, nervioso y cardiovascular.

**Super-Flora** es una combinación equilibrada de probióticos (*Bifidobacterium longum* y *Lactobacillus acidophilus*) y prebióticos (inulina) que en combinación brindan resultados reales para el microbioma intestinal. La proporción de *Lactobacillus* a *Bifidobacterium* corresponde a la misma proporción que se encuentra en un tracto digestivo saludable, y la inulina mejora significativamente la eficacia de los probióticos.

**Coral-Mine** este producto se obtiene del coral de aguas profundas (escleractinias), recolectado en el mar de Japón, cerca de las islas de Okinawa y Tokunoshima. También contiene calcio, magnesio, potasio, hierro, fósforo, azufre, silicio, cromo, manganeso, zinc y otros minerales. Un sachet colocado en agua la enriquece con minerales esenciales y restablece el equilibrio hidrosalino.

INSTRUCCIONES	DÍAS: 1-30	
 <b>MAÑANA</b>	<b>Coral Alfalfa</b> 2 cápsulas <b>Premium Spirulina</b> 2 tabletas <b>Coral Lecithin</b> 1 cápsula	<b>O!Mega-3 TG</b> 1 cápsula <b>Super-Flora</b> 1 cápsula
 <b>TARDE</b>	<b>Premium Spirulina</b> 2 tabletas	<b>Coral Lecithin</b> 1 cápsula
 <b>NOCHE</b>	<b>Coral Alfalfa</b> 2 cápsulas <b>Premium Spirulina</b> 2 tabletas	<b>Coral Lecithin</b> 2 cápsulas

Coloque 1 sachet sin abrir de **Coral-Mine** en 1.5 L de agua potable. El agua está lista para el consumo en 5 minutos.

Tenga en cuenta: después del programa de 30 días, le quedarán 20 tabletas de Espirulina Premium. Debe continuar tomando 2 tabletas por la mañana y 2 tabletas por la noche durante 5 días más.

## CONTRAINDICACIONES:

Embarazo y lactancia. Intolerancia individual a los componentes. Antes de consumir, consulte a su médico.

## PAUTAS DIETÉTICAS GENERALES:

- No comer en exceso
- Comer alimentos a base de plantas
- Incluir verduras y frutas frescas en su dieta diaria
- Consumir pescado, carne magra, legumbres, aves de corral como fuente de proteínas
- Consumir productos lácteos naturales sin azúcar
- Limitar la cantidad de dulces y bebidas azucaradas
- Limitar la ingesta de sal, alimentos salados, ahumados y secos
- Limitar la ingesta de té negro, café y alcohol
- Cocinar al vapor, a la parrilla o al horno
- Comer cada 3 horas
- No comer al menos 2 horas antes de acostarse
- La comida debe estar a temperatura ambiente cuando se consume

## INGESTA RECOMENDADA DE AGUA A DIARIO:

El agua hace más que saciar la sed y regular la temperatura del cuerpo; también hidrata los tejidos de su cuerpo. La ingesta adecuada de agua permite que el cuerpo excrete desechos a través de la transpiración, la micción y la defecación. Los riñones y el hígado necesitan el agua para eliminar residuos, al igual que los intestinos.

- Se recomienda beber un mínimo de 1,5 L de agua enriquecida con Coral-Mine todos los días.
- La ingesta diaria promedio en líquidos para un adulto es de 30-40 ml por 1 kg de peso.
- Trate de beber en porciones de 200 a 250 ml antes de las comidas y entre comidas. No es recomendable beber mientras se come.

Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Drogas y Alimentos. Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.