



# KIT DE 30 JOURS TR90 - LEMON



VOTRE TRANSFORMATION (À COURT TERME) COMMENCE ICI.

Vous voulez retrouver la forme pour vos prochaines vacances ? Vous voulez booster vos séances d'entraînement en préparation d'un événement sportif à venir ? Ou vous souhaitez simplement tenter l'expérience TR90 avant de vous engager à long terme dans le programme complet de 90 jours ? Si vous avez répondu oui à l'une de ces questions, ce programme de perte de poids sur 30 jours est fait pour vous.

Découvrez le Kit de 30 jours TR90, un programme de bien-être ludique conçu pour vous aider à devenir la meilleure version de vous-même.

TR90 responsabilise et vous permet d'atteindre vos objectifs de contrôle du poids à court terme en seulement 30 jours. Comment ? En ciblant les habitudes quotidiennes qui vous en empêchent. Vous serez prêt(e) à éviter les calories superflues en gardant un œil sur vos apports caloriques. Vous optimiserez votre alimentation grâce à des compléments alimentaires aux plantes qui s'associent parfaitement à une planification de repas délicieux.

## QUE CONTIENT-IL ?

Dans le kit, vous trouverez les articles suivants :

- 1 x TR90 JS
- 1 x TR90 Complex C
- 1 x TR90 Complex F
- 30 x TR90 M-Bars Lemon Crisp

## CAPACITÉ/POIDS NET

- TR90 JS : 1 boîte – 15 sachets (37 g)
- TR90 Complex F : 1 flacon – 120 capsules (63 g)
- TR90 Complex C : 1 flacon – 90 capsules (52 g)
- TR90 M-Bars : 1 M-Bar Lemon Crisp (59 g)

## UTILISATION QUOTIDIENNE

**TR90 JS** : Prenez un sachet dilué dans un verre d'eau ou de votre boisson basse calories préférée durant les 15 premiers jours du programme

**TR90 Complex C** : Prenez une gélule 3 fois par jour pendant les 30 jours du programme. De préférence, prenez-les 15 à 20 minutes avant les repas avec une grande quantité d'eau.

**TR90 Complex F** : Prenez une gélule 4 fois par jour pendant les 30 jours du programme. De préférence, prenez-les 15 à 20 minutes avant les repas avec une grande quantité d'eau.

**TR90 M-Bars** : Prenez une barre en tant que substitut de repas, une fois par jour, avec un grand verre d'eau pendant les 30 jours du programme.

## WARNINGS

**For TR90 JS, Complex C and Complex F:** Do not exceed the recommended daily dose. A food supplement should not be used as a substitute for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. Do not use if product integrity is affected. Keep out of reach of young children. Consult a doctor before using this product if you are pregnant, lactating or under medical treatment. Keep away from heat and humidity.

**For TR90 M-Bars:** It is important to follow the instructions for use. Maintain an adequate daily fluid intake and a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. Excessive consumption of the product could induce laxative effects. This product is useful for the intended use only as part of an energy-restricted diet: other foodstuffs should be a necessary part of such a diet. Do not use if the foil integrity is compromised. Consult a doctor before using this product if you are pregnant, lactating or under medical treatment. Store in a dry place between 16°C and 18°C.



# KIT DE 30 JOURS TR90 - LEMON



VOTRE TRANSFORMATION (À COURT TERME) COMMENCE ICI.

## INGRÉDIENTS

### TR90 JS :

extrait du fruit du figuier de Barbarie (*Opuntia ficus-indica* (L.) Mill.) (2000 mg/ sachet), extrait de stigmate du safran (*Crocus sativus* L.) (177 mg/sachet), extrait du fruit du grenadier (*Punica granatum* L.) (150 mg/sachet), extrait d'orange sanguine (*Citrus sinensis* L. var. *osbeck*) (125 mg/ sachet)

### TR90 Complex C :

poudre de fève de cacao (*Theobroma cacao* L.) (750 mg/3 gélules), poudre de cerise griotte (*Prunus cerasus* L.) (300 mg/3 gélules), gélule (gélatine), extrait du fruit du grenadier (*Punica granatum* L.) (250 mg/3 gélules), agent de charge (cellulose microcristalline), antiagglomérants (acides gras, dioxyde de silicium).

### TR90 Complex F :

extrait de fruit de raisin (*Vitis vinifera* L.) (400 mg/4 gélules), gélule (gélatine), extrait de feuille de thé vert (*Camellia sinensis* (L.) Kuntze) (300 mg/4 gélules), extrait du bulbe d'oignon (*Allium cepa* L.) (250 mg/4 gélules), extrait d'orange sanguine (*Citrus sinensis* (L.) Osbeck) (250 mg/4 gélules), extrait d'agrumes (200 mg/4 gélules) : [lemon (*Citrus limon* L. burm. f.) (40 mg/4 caps.), orange (*Citrus sinensis* L. var. *osbeck*) (120 mg/4 caps.), mandarin (*Citrus reticulata* blanco) (20 mg/4 caps.), grapefruit (*Citrus x paradisi* macfad) (20 mg/4 caps.)] agent de charge (cellulose microcristalline), antiagglomérants (acides gras, dioxyde de silicium), poudre de piment Cayenne (*Capsicum annum* L.) (50 mg/4 gélules).

### TR90 LEMON CRISP M-BARS :

enrobage blanc (sucre, huiles végétales (noix de coco, palmiste, palme, karité), lait écrémé en poudre, émulsifiant : lécithines de soja, arôme de vanille) ; sirop de glucose-fructose ; protéines de lait ; protéines de soja ; fructo-oligosaccharides ; farine de riz ; sels potassiques de l'acide orthophosphorique ; carbonate de calcium ; carbonate de magnésium ; sels sodiques de l'acide orthophosphorique ; sulfate ferreux ; citrate de zinc ; gluconate de cuivre ; sulfate de manganèse ; iodure de potassium ; sélénite de sodium ; huile de tournesol ; sirop de fructose ; fructose ; stabilisant : glycérol ; maltodextrine ; extrait de malt d'orge (gluten) ; sirop de glucose ; poudre de jus de citron (0,55 %) ; arôme de citron avec d'autres arômes ; acide L-ascorbique ; acétate de D-alpha-tocophérol ; nicotinamide ; acétate de rétinyle ; D-biotine ; D-pantothénate de calcium ; cholécalférol ; cyanocobalamine ; riboflavine ; chlorhydrate de pyridoxine ; phytoménadione ; chlorhydrate de thiamine ; acide ptéroylmonoglutamique ; sel émulsifiant : lécithine de soja et sucroesters d'acides gras, antioxydant : alpha-tocophérol

Avertissement allergies : Pour les allergènes, y compris les céréales contenant du gluten, voir les ingrédients en caractères gras.

Contient des traces des allergènes suivants : œufs, cacahuètes, noix (amandes, noisettes, noix, noix de cajou, noix de pécan, noix du Brésil, pistaches, noix de Macadamia ou noix du Queensland) et leurs dérivés, dioxyde de soufre ou sulfites.



# TR90 30-Day Kit – Lemon

YOUR (SHORT-TERM) TRANSFORMATION STARTS HERE

## Typical Nutritional Information

### TR90<sup>®</sup> M-Bar- Lemon



	Per 100 g	Per single serving 1 bar of 59 g	NRV* per single Serving
Energy (kJ)	1694	1000	
Protein (g)	26	15	
Total carbohydrates (g):	44	26	
of which Glycaemic carbohydrates (g)	38.8	22.9	
of which total sugar (g)	30	18	
Dietary fibre (g) #	5,2	3,1	
Fat (g):	13	7,7	
of which Saturated fat (g)	7,4	4,4	
Total Sodium (mg)	0,45	0,27	
Vitamin A (µg)	630	372	47%
Vitamin D (µg)	4,1	2,4	48%
Vitamin E (mg TE)	9,8	5,8	48%
Vitamin K (µg)	49,2	29	24%
Vitamin C (mg)	65	38	48%
Thiamin (mg)	0,87	0,51	46%
Riboflavin (mg)	1,2	0,71	51%
Niacin (mg)	14	8.3	52%
Vitamin B6 (mg)	1,2	0,71	51%
Folic acid (µg)	158	93,2	47%
Vitamin B12 (µg)	2,1	1,2	48%
Biotin (µg)	41	24	48%
Pantothenic acid (mg)	4.8	2.8	47%
Calcium (mg)	407	240	30%
Phosphorus (mg)	580	342	49%
Potassium (mg)	848	500	25%
Iron (mg)	12	7,1	51%
Zinc (mg)	7,9	4,7	47%
Copper (mg)	0,79	0,47	47%
Iodine (µg)	120	70.8	47%
Selenium (µg)	44	26	47%
Magnesium (mg)	191	113	30%
Manganese (mg)	1,7	1,0	50%

\*AR: Apport de Référence

# méthode Prosky (AOAC 985.29)