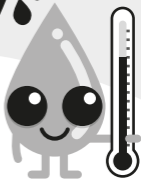


SVETTIGT VÄRRE!

Svett är en naturlig kropps-
funktion som styrs från hjärnan
och har som uppgift att reglera
din kroppstemperatur.



Svetten består till 97% av vatten.
Resten är koksalt, luktämnen,
urinämne och syror.



Svetten kyler ner dig så att du
kan vara aktiv under en längre
period. Ju mer vältränad du är,
desto mer svettas du.



Du kan svettas upp till
4 liter om dagen, men
det vanligaste är ungefär
0,5 liter, alltså som ett
halvt mjölkpaket!

Svett som reglerar kroppstemperatur
finns i hela huden, men svett som
kommer när du är nervös eller
stressad utsöndras från dina
armhålor, handflator eller fotsulor.



BOOST IT.



När du tränat vill du ta
hand om din kropp. Yalla! BCAA
proteinshakes och -puddingar
innehåller 20g protein, BCAA,
magnesium, zink och D-vitamin.
De är laktosfria och innehåller
inget tillsatt socker. Yalla! BCAA
proteinshakes finns i smakerna
Choklad och Mintkaramell,
och puddingarna i smakerna
Choklad och Salt karamell.