

afvallen en blijf op gewicht / perdre du poids et maintenir le poids

- effectief afvallen en op gewicht blijven
- instandhouding van de spiessmassa
- instandhouding van normale bloedsuikergehalten
- normaal metabolisme van macronutriënten
- normaal metabolisme van vet
- normaal metabolisme van homocysteïne

- perdre réellement du poids et garder son poids
- maintien de la masse musculaire
- maintien des taux glycémiques normaux
- métabolisme normal de macronutriments
- métabolisme normal de graisse
- métabolisme normal d'homocystéine

WETENSCHAPPELIJK BEWEZEN



PROUVÉ SCIENTIFIQUEMENT

Zie onderzijde verpakking voor details van de goedgekeurde gezondheidsclaims EFSA (Europese Autoriteit voor voedselveiligheid) Voir l'indication de l'emballage pour les détails des allégations de santé approuvées par l'EFSA (Autorité européenne de sécurité alimentaire).

NL: TimFit SX-5 afslankformule is een zeer unieke maaltijdvervanger die deel uitmaakt van het TimFit SX-5 afslankprogramma waarmee u effectief afvalt en ook op gewicht blijft.

Werking effectief afvallen: u vervangt twee reguliere maaltijden (bij voorkeur ontbijt en lunch) door de uitgebalanceerde unieke SX-5 maaltijdhakes. Tijdens de avondmaaltijd volgt u smakelijke energiebeperkte recepten met mager vlees of vis & groenten. Het boekje met de richtlijnen, tips en recepten voor o.a. de avondmaaltijd heeft u bij uw bestelling ontvangen. **Bereiding:** schenk 200 ml water in een TimFit shakabeker. Voeg de inhoud (60 gr.) van het sachet toe en schud goed. Doorma direct opdrinken. **TimFit begeleiding:** mocht u vragen hebben tijdens, of na, het TimFit SX-5 afslankprogramma dan kunt u altijd e-mails of telefonisch contact opnemen met uw TimFit consultant. **Opmerkingen/tips:** het is belangrijk om dagelijks voldoende vocht binnen te krijgen, advies; drink 2 liter water per dag. Probeer minimaal een half uur per dag te bewegen, wandelen is prima. Neem voldoende nachtrust. Sla geen TimFit SX-5 maaltijdvervanger en/of avondmaaltijd over. Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levenswijze zijn belangrijk.

TimFit Blijf op gewicht ontbijt: vervang uw ontbijt door de uitgebalanceerde SX-5 maaltijdhake als onderdeel van een energiebeperkt dieet en blijf op gewicht. Ook ideaal voor als u geen tijd heeft om te ontbijten. **Voor wie is TimFit SX-5 geschikt?** Als gewichtsverlies programma bij een energie beperkt dieet kunt u TimFit SX-5 volgen als u een normale gezondheid heeft. Twijfelt u over uw gezondheid, dan is het raadzaam om een arts te raadplegen. **Niet geschikt voor:** vrouwen die zwanger zijn of borstvoeding geven; kinderen en jongeren onder de 18 jaar; personen met chronische nierproblemen of insuline afhankelijk diabetespatiënten. Indien de TimFit SX-5 maaltijd vervangers worden gebruikt bij behoud van het gewicht, of als toevoeging op uw dagelijkse voeding, heeft u uw arts niet te raadplegen. Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levenswijze zijn belangrijk. **Allergenen:** bevat koemelk, soja, ei, cacao alleen bij de smaak chocolade. **Bewaarschrift:** op een droge, koele (maximaal kamertemperatuur) en donkere plaats, buiten het bereik van jonge kinderen houden. **Geproduceerd:** de TimFit SX-5 maaltijdvervangers worden geproduceerd in Nederland.

FR: La formule d'amincissement TimFit SX-5 est un remplacement de repas particulièrement unique faisant partie du programme d'amincissement TimFit SX-5 qui vous réellement permet de maigrir et de garder votre poids.

Fonctionnement de la perte de poids réelle : vous remplacez deux repas réguliers (de préférence le petit déjeuner et le déjeuner) par des shakes de repas SX-5 uniques et bien équilibrés. Pour le souper, vous suivez des recettes goûteuses limitées en énergie proposant de la viande maigre ou du poisson et des légumes. Lors de votre commande, vous avez reçu le livret avec les prescriptions, les conseils et les recettes destinés entre autres au souper. **Préparation:** versez 200 ml de l'eau dans un shaker TimFit. Rajoutez le contenu (60 gr.) du sachet et secouez bien. Puis, buvez le tout immédiatement. **Encadrement TimFit:** si vous avez des questions pendant ou après le programme d'amincissement TimFit SX-5, vous pouvez toujours envoyer un e-mail ou contactez votre consultant TimFit par téléphone. **Remarques/conseils:** il est important de consommer quotidiennement suffisamment de liquide, conseil; buvez 2 litres d'eau par jour. Essayez au moins de faire 30 minutes d'exercice par jour, la marche est excellente. Dormez suffisamment la nuit. Ne sautez aucun remplacement de repas TimFit SX-5 ni aucun souper. Une alimentation variée et équilibrée et un style de vie sain sont importants.

Le petit déjeuner permettant de garder son poids de TimFit: remplacez votre petit déjeuner par le shake de repas SX-5 équilibré dans le cadre d'un régime limité en énergie et gardez votre poids. Également idéal lorsque vous n'avez pas le temps de prendre votre petit déjeuner. **A qui convient TimFit SX-5?** Vous pouvez suivre le programme de perte de poids TimFit SX-5 avec un régime limité en énergie lorsque vous avez une santé normale. Si vous avez des doutes quant à votre santé, il est alors recommandé de consulter un médecin. **Ne convient pas aux:** femmes enceintes ou allaitant; enfants et jeunes de moins de 18 ans; personnes souffrant de problèmes rénaux chroniques et aux diabétiques dépendant de l'insuline. En prenant le remplacement de repas TimFit SX-5 afin de garder votre poids ou en complément de votre alimentation quotidienne, vous ne devez pas consulter votre médecin. Une alimentation variée et équilibrée et un style de vie sain sont importants. **Allergènes:** contient du lait de vache, du soja, du poisson, de l'œuf, du cacao uniquement dans le goût chocolat. **Consignes de conservation:** dans un endroit sec, frais (tout au plus à température ambiante) et à l'abri du soleil, hors de portée des jeunes enfants. **Fabrication:** le remplacement de repas TimFit SX-5 est fabriqué aux Pays-Bas.

All ingredients volden aan de E.E.G. wien dit gesteld worden in richtlijn 95/2/EG en richtlijn 96/8/EG. Tous les ingrédients répondent aux exigences de la CEE imposées dans la directive 95/2/EG et la directive 96/8/EG.

NL Ingredient: wei eiwit isolaat (van melk), wei eiwit concentraat (van melk), soja eiwit isolaat, voedingsvezel (Acacia gom) voedingsvezel (Inuline), voedingsvezel (fructooligosaccharide), maltodextrine, gehydrolyseerd rundercollageen, vetpoeder (soja olie glucosestroop, melkewit), ei eiwit, guarpitol (verdikkingsmiddel), xanthaan (verdikkingsmiddel), (smaak aardbei: aroma), (smaak banaan: banaan aroma), (smaak vanille: vanille aroma), (smaak cappuccino: cappuccino aroma; Oploskoffie [bevat cafeïne], l-carnitine-l-tartraat, (smaak aardbei: kleurstof beta-caroteen), (smaak banaan: kleurstof beta-caroteen), l-choline bitartraat, groene thee extract (bevat cafeïne), (smaak chocolade: cacao poeder (bevat cafeïne)), zoetstof [sucralose], chroompicolinaat, Vitamine E [dialpha tocopherylacetate], vitamine C [L-ascorbinezuur], niacine [nicotinamide], vitamine A [retinylacetate], biotine [D-biotine], pantothenzuur [calcium-D-pantothenaat], foliumzuur [pteroylmonoglutaminezuur], vitamine B12 [cyanocobalamine], vitamine B2 [riboflavine], vitamine B6 [pyridoxinehydrochloride], vitamine D3 [cholecalciferol], vitamine B1 [thiaminemononitrat], maltodextrine als drager, kaliumsulfaat, magnesiumcarbonaat, calciumcarbonaat, natriumsulfaat, ijzerypyrofosfaat, zinksulfaat, kaliumjodide, natriumseleniet, koper sulfaat, mangaansulfaat, maltodextrine als drager] bevat zoetstoffen.

FR Ingrédients: isolat de protéine de lactosérum [de lait], concentré de protéine de lactosérum [de lait], isolat de protéine de soja, fibre alimentaire [gomme d'acacia], fibre alimentaire [inuline], maltodextrine, collagène bovin hydrolysé, poudre grasieuse [huile de soja, sirop de glucose, protéine de lait], protéine d'œuf, gomme de guar (épaississant), gomme de xanthane (épaississant), fructooligosaccharide (épaississant), [goût fraise : arôme fraise], [goût banane : arôme banane], [goût vanille: arôme vanille], [goût cappuccino : arôme cappuccino], Café soluble [contient de la caféine], l-carnitine-l-tartrate, [goût fraise: colorant rouge betterave], [goût banane : colorant colorant beta-carotène], l-choline bitartrate, extrait de thé vert [contient de la caféine], [goût chocolat: poudre de cacao [contient de la caféine], édulcorant [sucralose], picolinate de chrome, Vitamine E [dialpha-tocopherylacétate], vitamine C [acide ascorbique], niacine [nicotinamide], vitamine A [acétate de rétinyle], biotine [D-biotine], acide pantothénique [pantothénate de calcium], acide folique [acide pteroylmonoglutaminique], vitamine B12 [cyanocobalamine], vitamine B2 [riboflavine], vitamine B6 [pyridoxinehydrochloride], vitamine D3 [cholecalciférol], vitamine B1 [mononitrate de thiamine], maltodextrine comme support, sulfate de potassium, carbonate de magnésium, carbonate de calcium, phosphate de sodium, pyrophosphate de fer, sulfate de zinc, iodure de potassium, sélénite de sodium, sulfate de cuivre, sulfate de manganèse, maltodextrine comme support] contient des édulcorants.

Voedingswaarde		100gr poeder					60gr poeder in 200ml water				
Values nutritives		100gr de poudre					60gr poudre dans 200ml d'eau				
		Vaarde	Aardbei	Banaan	Chocolade	Cappuccino	Vaarde	Aardbei	Banaan	Chocolade	Cappuccino
Energie (kJ)	Energie (kcal)	1425	1431,9	1440,2	1437,3	1427,7	861,0	860,3	864,1	862,4	856,6
Vet (gr)	lipides (gr)	4,1	4,1	4,2	5,3	4,1	2,4	2,4	2,5	3,2	2,4
verzadigd vetzuren	acid gras verzadigd	1,0	1,0	1,0	1,7	1,0	0,6	0,6	0,6	1,0	0,6
onverz. vetzuren	Acides gras insaturés	0,9	0,9	0,9	1,2	0,9	0,6	0,6	0,6	0,7	0,6
zuren onverz. vetzuren	Acides gras polyinsaturés	2,0	2,0	2,0	2,0	2,0	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7
Koolhydraten (gr)	Glucides (gr)	32,4	32,3	32,2	36,4	31,8	19,4	19,4	19,3	15,9	19,1
Suikers	sucre	4,3	4,4	4,2	2,7	4,2	2,6	2,6	2,5	2,7	2,5
Voedsel (gr)	Fibres alimentaires (gr)	18,5	18,6	18,6	20,8	18,7	11,1	11,1	11,1	12,5	11,2
Proteïne (gr)	Protéines (gr)	34,0	34,0	33,9	35,8	34,1	20,4	20,4	20,3	21,4	20,4
Zout (gr)	Sel (gr)	1,21	1,22	1,20	1,34	1,22	0,73	0,73	0,72	0,75	0,73
Natrium	Sodium	0,48	0,48	0,48	0,50	0,48	0,29	0,29	0,29	0,29	0,29
Omega 3	Omega 3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Omega 6	Omega 6	1,7	1,7	1,7	1,7	1,7	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0

- Bron van 3 soorten vezels: Inuline, Acacia gom, Fructooligosacchariden
- Bron van 4 soorten eiwitten: E-Albumine, Wei eiwit isolaat, Soja eiwit isolaat, Collageen hydrolysaat
- L-Carnitine tartraat
- 23 vitamines en mineralen
- Chroompicolinaat
- Lindezuur
- L-Choline bitartraat
- Groene thee extract
- Source de 3 sortes de fibres: Inuline, Gomme d'acacia, Fructo oligosaccharides
- Source de 4 sortes de protéines: Albumine d'œuf, isolat de protéine de lactosérum, isolat de protéine de soja, Hydrolysate de collagène
- L-Carnitine tartrate
- 23 vitamines et minéraux
- Picolinate de chrome
- Acide linoléique
- L-Choline bitartrate
- Extrait de thé vert

WETENSCHAPPELIJK BEWEZEN



PROUVÉ SCIENTIFIQUEMENT

Zie onderzijde verpakking voor details van de goedgekeurde gezondheidsclaims EFSA (Europese Autoriteit voor voedselveiligheid) Voir l'indication de l'emballage pour les détails des allégations de santé approuvées par l'EFSA (Autorité européenne de sécurité alimentaire).

Vitamines en mineralen		100gr poeder		60gr poeder		Inhoud		%RI*	
Vitamines et minéraux		100gr poudre		60gr poudre		Contenu		%RNI*	
Droningsinkoort	Picoline de chrome	167,6	167,6	100,5	100,5	µg	251,4%	251,4%	251,4%
Calcium	Calcium	427,2	587,0	276,6	232,2	mg	47,1%	44,0%	44,0%
Fosfor	Phosphore	540,3	518,3	234,2	211,0	mg	46,3%	44,4%	44,4%
Magnesium	Magnésium	225,6	217,6	135,3	140,5	mg	36,1%	39,6%	39,6%
IJzer	Fer	8,3	9,7	5,0	5,8	mg	35,7%	41,5%	41,5%
Zink	Zinc	75,2	75,2	45,1	45,1	mg	30,1%	30,1%	30,1%
Zink	Zinc	9,5	9,5	5,7	5,7	mg	57,2%	57,2%	57,2%
Kalium	Potassium	120,5	149,1	72,1	85,5	mg	36,1%	42,9%	42,9%
Selenium	Sélénium	27,6	27,6	16,5	16,5	µg	30,1%	30,1%	30,1%
Koper	Cuivre	0,7	0,7	0,4	0,4	mg	43,4%	34,4%	34,4%
Magnesium	Magnésium	1,1	1,1	0,6	0,6	mg	22,1%	22,1%	22,1%
Vitamine A	Vitamine A	436,2	436,2	261,7	261,7	µg	32,7%	32,7%	32,7%
Vitamine D	Vitamine D	2,5	2,5	1,5	1,5	µg	30,0%	30,0%	30,0%
Vitamine E	Vitamine E	6,0	6,0	3,6	3,6	mg	30,1%	30,1%	30,1%
Vitamine C	Vitamine C	40,1	40,1	24,1	24,1	mg	30,1%	30,1%	30,1%
Vitamine B1	Vitamine B1	0,9	0,9	0,5	0,5	mg	45,0%	45,0%	45,0%
Vitamine B2	Vitamine B2	0,9	0,9	0,5	0,5	mg	38,9%	38,9%	38,9%
Vitamine B6	Vitamine B6	0,9	0,9	0,5	0,5	mg	37,8%	37,8%	37,8%
Vitamine B12	Vitamine B12	2,6	2,6	2,6	2,6	µg	30,1%	30,1%	30,1%
Niacine (R1: B3)	Acide pantothénique (R1: B5)	3,4	3,4	2,0	2,0	mg	34,1%	34,1%	34,1%
Niacine (R1: B3)	Vitamine B12	1,4	1,4	0,8	0,8	µg	32,5%	32,5%	32,5%
Foliumzuur (R1: B11)	Niacine (R1: B3)	32,0	32,0	6,0	6,0	mg	37,8%	37,8%	37,8%
Foliumzuur (R1: B11)	Acide folique (R1: B11)	121,7	120,7	73,0	72,4	µg	36,3%	36,3%	36,3%
Biotine	Biotine	38,1	38,1	13,7	13,1	µg	31,3%	31,3%	31,3%

*RI Referentie waarde / Valeur nutritionnelle de référence.

Detaillering ingrediënten / Détails des ingrédients

	100gr	60gr	Smaak
L-Carnitine	83,4 mg	50,4 mg	Goût: vanille, aardbei, banaan
Choline	134,3 mg	80,6 mg	Goût: vanille, fraise, banane
Chroom	167,6 µg	100,5 µg	Goût: chocolade
Groene thee extract	1,67 mg	1,002 mg	Goût: chocolade
Caféine	84,38 mg	50,62 mg	Goût: cappuccino
Lindezuur	172,0 mg	103,2 mg	Goût: cappuccino
Alfa liponzuur	240 mg	144 mg	

Inhoud / Contenu: 10 sachets à 60gr (500gr)

Smaak, Tenminste Houdbaar Tot, Batchnummer / Goût, A conserver de préférence, Numéro de lot

Gebruiksvaardig product voor gewichtsbeheer / Produit de remplacement de repas pour garder son poids. Conformité ADH vertegenwoordigd in Richtlijn 2006/100/EG * ADH = Aanpak van de gezondheidsclaims van 100 gram E.E.G. wien alle ingrediënten voldoen aan de E.E.G. wien dit gesteld worden in richtlijn 95/2/EG en richtlijn 96/8/EG betreffende levensmiddelenadditieven. Conformément aux ADH basés sur la directive européenne 2006/100/CE * ADH = Approche européenne des revendications de santé pour 100 grammes des exigences CEE. Tous les ingrédients sont conformes aux exigences imposées. Dans les directives 95/2/CE et 96/8/CE concernant les additifs alimentaires.

Règlement [UE] n° 432/2012 de la commission du 16 mai 2012 établissant une liste des allégations de santé autorisées portant sur les denrées alimentaires, autres que celles faisant référence à la réduction du risque de maladie ainsi qu'au développement et à la santé infantiles.

Perte de poids réelle: Le remplacement de deux repas quotidiens d'un régime limité en énergie par un produit de remplacement de repas contribue à la perte de poids.

Garder son poids: Le remplacement d'un repas quotidien d'un régime limité en énergie par un produit de remplacement contribue au maintien du poids après une perte de poids.

- Les protéines contribuent au maintien de la masse musculaire
- Le chrome contribue au maintien de taux glycémiques normaux
- Le chrome contribue à un métabolisme normal de macronutriments
- La choline contribue à un métabolisme normal de lipides
- La choline contribue à un métabolisme normal d'homocystéine

Directive 96/8/CE specifications constatées pour les aliments comme cela est stipulé dans l'article 1, section 2, sous b). Règlement [CE] n° 1924/2006.

Proovd wetenschappelijk bewezen: Deux de gezondheidsclaims die goedgekeurd zijn door de EFSA (de Europese Autoriteit voor voedselveiligheid) hebben de efficiëntie van maaltijdvervangende producten bewezen in het kader van een energiebeperkt dieet om het gewicht te behouden en gewicht te verliezen. Richtlijn 96/8/EG 2010; 8(2):1466

Verordening [EU] nr. 432/2012 van de commissie van 16 mei 2012 tot vaststelling van een lijst van toegestane gezondheidsclaims voor levensmiddelen die niet over ziektepreventie en de ontwikkeling en gezondheid van kinderen gaan.

Effectief afvallen: De vervanging van twee dagelijkse maaltijden van een energiebeperkt dieet door een maaltijd vervangend product draagt bij tot gewichtsverlies.

Op gewicht blijven: De vervanging van één dagelijkse maaltijd van een energiebeperkt dieet door een maaltijd vervangend product draagt bij tot het behoud van het gewicht na gewichtsverlies.

- Eiwitten dragen bij tot de instandhouding van de spiessmassa
- Chrome draagt bij tot de instandhouding van normale bloedsuikergehalten
- Chrome draagt bij tot een normaal metabolisme van macronutriënten
- Choline draagt bij tot een normaal metabolisme van vet
- Choline draagt bij tot een normaal metabolisme van homocysteïne

Richtlijn 96/8/EG vastgestelde specificaties voor levensmiddelen zoals bedoeld in artikel 1, lid 2, onder b). Verordening [EG] nr. 1924/2006.

Wetenschappelijk bewezen: Twee gezondheidsclaims die goedgekeurd zijn door de EFSA (de Europese Autoriteit voor voedselveiligheid) hebben de efficiëntie van maaltijdvervangende producten bewezen in het kader van een energiebeperkt dieet om het gewicht te behouden en gewicht te verliezen. Richtlijn 96/8/EG 2010; 8(2):1466

