

fortia
inersis

Elaborado por NUTRAPROTEC, S.L.
AV. Costa Brava, 136 Nave 4
08380 Malgrat de Mar (Barcelona)
Tel: 93 761 34 34

nutraprotec@nutraprotec.com · www.nutraprotec.com

fortia
inersis



elite sport nutrition



Fortia Inersis es una marca registrada de suplementos nutricionales para deportistas, elaborados y distribuidos por Nutraprotec, S.L.

Nuestro objetivo es proporcionar una opción nutricional de alta calidad para deportistas, con independencia de la disciplina que practiquen; ya sean deportistas de élite o amateurs, que busquen suplementos nutricionales que les permitan mejorar su rendimiento, les proporcionen energía, contribuyendo al fortalecimiento y reparación de los tejidos, y que les ayude a mantener y a regular el metabolismo.

En Nutraprotec, sólo usamos materias primas de la mejor calidad, y origen europeo, para garantizar los mejores resultados.

Nuestros productos han sido desarrollados, manufacturados y envasados en nuestras instalaciones de Malgrat de Mar (Barcelona), lo cual nos permite controlar exactamente la materia prima que incluye cada producto, y garantizarle que al adquirir cualquiera de los suplementos de la gama Fortia, usted estará consumiendo un producto de la más alta calidad y pureza, que le ayudará a obtener mejores resultados.

ÍNDICE

Whey Isolated	Pág. 4-5
Whey Concentrated	Pág. 6-7
Waxy	Pág. 8-9
F-Gain	Pág. 10-11
Creatina	Pág. 12-13
BCAA'S	Pág. 14-15
Glutamina	Pág. 16-17
Gluta BCAA'S	Pág. 18-19
HGH	Pág. 20-21
Pre - Work	Pág. 22-23
Flapjacks	Pág. 24-25
Complex	Pág. 26-27

fortia

inersis

WHEY ISOLATED

Presentación en envases de 400 g., 900 g., 1800 g. y 3000 g.
Sabores: Neutro - Fresa - Chocolate -Vainilla.

APTO PARA DIABÉTICOS Y CELÍACOS



PROTEÍNA
99,64%

FORTIA WHEY PROTEIN ISOLATED es un compuesto de proteína de aislado de suero de leche, que contiene uno de los porcentajes de proteína más altos del mercado, con casi cero % de lactosa y de grasa. Es una proteína con un valor biológico (BV) muy elevado, de altísima calidad y pureza, lo que sin duda constituye un excelente producto, no sólo por los magníficos beneficios que aporta para la nutrición deportiva, sino además, por su relación calidad/precio.

FORTIA WHEY PROTEIN ISOLATED es una fuente de aminoácidos esenciales y no esenciales, incluyendo BCAAS (aminoácidos de cadena ramificada). El cuerpo necesita estos aminoácidos de la proteína de suero para ayudar a preservar la reserva de energía muscular, y a reducir la degradación de las proteínas durante el ejercicio.

Los componentes a base de proteínas naturales que se encuentran en FORTIA WHEY PROTEIN ISOLATED, ayudan a mejorar la producción del glutatión, un antioxidante natural presente en nuestro organismo, proporcionando un apoyo dietético para el sistema inmunológico. Al tratarse de un aislado de proteína de suero es más fácil de absorber y pasa más rápidamente al flujo sanguíneo para transportar los nutrientes a los músculos de un modo más eficaz. Su fórmula libre de carbohidratos, azúcares, y sin grasas hacen de FORTIA WHEY PROTEIN ISOLATED una proteína que favorece la reducción de peso, ayudando a disfrutar de un cuerpo magro y sano. La proteína es esencial para ayudar en la recuperación del músculo y al mantenimiento del balance positivo del nitrógeno, lo que es fundamental durante los períodos de entrenamiento intenso. Es por ello que tomar FORTIA WHEY PROTEIN ISOLATED, antes y después de su entrenamiento, le ayudará a alcanzar y a maximizar sus resultados.

INDICACIONES

Indicado para deportistas de distintas disciplinas deportivas, (deportes de fuerza, de resistencia, interválicos, practicantes de fitness, culturistas, etc.), tanto profesionales como amateurs, que requieran de un suplemento de proteínas, sobre todo en las primeras horas post-entreno.



BENEFICIOS

Disminuye los tiempos de recuperación muscular post-entreno.
Inhibe el catabolismo muscular.
Combate el estrés oxidativo.
Aumento de la masa muscular magra.
Mejora el sistema inmunológico.
Aumenta la tasa metabólica.
Promueve el crecimiento muscular.
Aumenta la síntesis de proteína.

RECOMENDACIONES

Los suplementos dietéticos no son sustitutos de una alimentación sana y equilibrada. El aporte diario de proteínas no debe ser superior a 1,5 g/kg de peso corporal. No superar la dosis diaria recomendada. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños.

INGREDIENTES SABOR NEUTRO

Proteína de suero lácteo aislada e instantánea, aromas naturales, magnesio y edulcorantes (E-950 y E-951).

MODO DE EMPLEO

Disolver 40 g de producto (equivalentes a 3 dosificadores aprox.) en 300 ml de agua o de leche, preferiblemente desnatada.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL 100 g 40 g

Valor energético	362,72 Kcal	145,09 Kcal
	1518,63 KJ	607,45 KJ
Proteínas	99,64 g	39,86 g
H. Carbono	0,19 g	0,08 g
Grasas	< 0,1 g	< 0,1 g
Saturadas	< 0,1 g	< 0,1 g
Mono-insaturadas	< 0,1 g	< 0,1 g
Sodio	149,00 mg	59,60 mg

* Valores nutricionales del sabor Neutro

AMINOGRAMA (100 g.) AMINOÁCIDOS ESENCIALES

Fenilalanina	3,38 g
Isoleucina	5,56 g
Leucina	10,75 g
Lisina	10,07 g
Metionina	2,47 g
Treonina	8,02 g
Triptófano	2,18 g
Valina	5,46 g

AMINOÁCIDOS NO ESENCIALES

Ácido Aspártico	12,76 g
Ácido Glutámico	18,57 g
Alanina	5,90 g
Arginina	2,12 g
Cistina	2,69 g
Glicina	1,89 g
Glutamina	1,20 g
Histidina	1,65 g
Prolina	6,51 g
Serina	5,82 g
Tirosina	3,31 g

PROPIEDADES PROTEICAS

Valor Biológico (BV)	104,00
PDCAAS	1,00
Índice disco	100,00
Índice de Eficiencia (PER)	3,50
Nitrógeno total (TN)	14,30

fortia

inersis

WHEY CONCENTRATED

Presentación en envases de 400 g., 900 g., 1800 g. y 3000 g.
Sabores: Capuchino - Chocolate - Fresa - Vainilla

APTO PARA DIABÉTICOS Y CELÍACOS



PROTEÍNA
79,00%

FORTIA WHEY PROTEIN CONCENTRATED es una fórmula de proteínas preparada a base de concentrado de suero de leche, de un alto valor biológico (BV), que contiene la cantidad adecuada de aminoácidos esenciales y no esenciales, para el aumento de la masa muscular, además de elevar con eficacia el nivel del glutatión, el antioxidante más fuerte presente en el organismo.

FORTIA WHEY PROTEIN CONCENTRATED es un suplemento de primera calidad, de bajo contenido en grasas y lactosa. Se digiere fácilmente y se asimila rápidamente, es decir, llega a donde más se necesita de forma rápida. Su magnífica composición nos aporta todo lo necesario para un aumento notable de la masa muscular y también actúa como excelente regenerador de las fibras musculares tras un entrenamiento de media-alta intensidad. Refuerza el sistema inmunológico, aumenta la hidratación celular y neutraliza el catabolismo.

INDICACIONES

Su exquisito sabor y textura, hacen de esta proteína una excelente elección para atletas que busquen mejorar tanto su rendimiento, como su recuperación, y su volumen muscular. Es el complemento perfecto para:

Cualquier persona que necesite aumentar la dosis diaria de proteínas.

Personas que buscan una opción saludable para ayudarle a controlar el peso gracias a su efecto saciante, y a su bajo contenido en grasas e hidratos de carbono.

Atletas y culturistas que quieran construir músculo magro. Su equilibrado perfil de aminoácidos y su bajo índice de grasa, hacen de este suplemento nutricional, una extraordinaria proteína para deportistas que buscan una mejora notable en cuanto a rendimiento, potencia y ganancia muscular se refiere.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL 100 g 40 g

Valor energético	404,87 Kcal	161,95 Kcal
	1352,87 KJ	541,15 KJ
Proteínas	79,00 g	31,60 g
H. Carbono	5,63 g	2,25 g
Grasas	8,39 g	3,36 g
Saturadas	6,15 g	2,46 g
Mono-insaturadas	2,24 g	0,90 g
Sodio	148,12 mg	59,25 mg

* Valores nutricionales del sabor Fresa

BENEFICIOS

Disminuye los tiempos de recuperación.

Inhibe el catabolismo muscular.

Disminuye los efectos del sobre-entrenamiento.

Combate el estrés oxidativo.

Mejora el sistema inmunológico.

Aumento de la masa muscular magra.

Aumenta la tasa metabólica.

Promueve el crecimiento muscular.

Acelera la recuperación en procesos post-operatorios.

RECOMENDACIONES

Los suplementos dietéticos no son sustitutos de una alimentación sana y equilibrada. El aporte diario de proteínas no debe ser superior a 1,5 g/kg de peso corporal. No superar la dosis diaria recomendada. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños.

INGREDIENTES SABOR FRESA

Proteína de suero lácteo concentrada e instantánea, leche desnatada en polvo, yogurt en polvo, aromas naturales, magnesio y edulcorantes (E-950 y E-951).

MODO DE EMPLEO

Disolver 40 g de producto (equivalentes a 3 dosificadores aprox.) en 300 ml de agua o de leche, preferiblemente desnatada.

AMINOGRAMA (100 g.) AMINOÁCIDOS ESENCIALES

Fenilalanina	3,53 g
Isoleucina	6,22 g
Leucina	11,54 g
Lisina	10,00 g
Metionina	1,99 g
Treonina	7,95 g
Triptófano	1,54 g
Valina	6,28 g

AMINOÁCIDOS NO ESENCIALES

Ácido Aspártico	11,73 g
Ácido Glutámico	18,78 g
Alanina	5,26 g
Arginina	2,95 g
Cistina	2,63 g
Glicina	2,05 g
Glutamina	1,20 g
Histidina	1,99 g
Prolina	6,22 g
Serina	5,83 g
Tirosina	3,33 g

PROPIEDADES PROTEICAS

Valor Biológico (BV)	104,00
PDCAAS	0,97
Índice disco	97,00
Índice de Eficiencia (PER)	3,50
Nitrógeno total (TN)	12,50

fortia

inersis

WAXY

Presentación en envases de 900 g., 2000 g. y 4000 g.

Sabores: Neutro - Limón - Naranja

APTO PARA CELÍACOS



WAXY FORTIA es un compuesto de amilopectina desarrollado pensando en aquellos deportistas, tanto de fuerza como de resistencia, que necesitan un suplemento nutricional que les aporte energía instantánea y sostenida durante el entrenamiento, y una rápida recuperación y recarga de glucógeno post-entrenamiento. La amilopectina presente en WAXY FORTIA posee un alto peso molecular, por lo que permite que su paso a través del tracto digestivo sea mucho más rápido que cualquier otro carbohidrato, minimizando el riesgo de problemas gastrointestinales. Gracias a su baja osmolaridad, el paso hacia el torrente sanguíneo, se realiza en mucho menor tiempo, para ser absorbido de forma casi inmediata, a la vez que favorece la hidratación corporal y el incremento del aporte energético.

WAXY FORTIA representa la forma más rápida y efectiva de restablecer los depósitos de glucógeno muscular y hepático, cuya ingesta permite:

Mejorar el rendimiento físico.

Aumentar la resistencia.

Retrasar la aparición de la fatiga.

Prevenir la hipoglucemia.

Reponer las reservas de energía más rápidamente que cualquier otro carbohidrato.

Aumentar el aporte de fluidos al torrente sanguíneo.

Evitar la destrucción de las proteínas musculares.

Se recomienda la ingesta de WAXY FORTIA 30 min. antes de iniciar la actividad deportiva, especialmente en ejercicios de resistencia de intensidad media-alta, para comenzar con una hidratación adecuada lo que permite un menor aumento de la temperatura central corporal del deportista, disminuyendo la percepción del esfuerzo, y ayudando a llenar completamente los depósitos de glucógeno muscular. O, como suplemento post-entrenamiento, combinado con un batido de FORTIA WHEY PROTEIN, para una correcta y rápida recuperación.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL	100 g	40 g
Valor energético	361,20 Kcal	144,48 Kcal
	1510,42 KJ	604,17 KJ
Proteínas	0,40 g	0,16 g
H. Carbono	90,30 g	36,12 g
Grasas	< 0,10 g	< 0,04 g
Saturadas	< 0,10 g	< 0,04 g
Mono-Insaturadas	< 0,10 g	< 0,04 g
Magnesio	30,00 mg	12,00 mg
Vitamina B1 (Tiamina)	1,00 mg	0,40 mg

* Valores nutricionales del sabor Limón

INDICACIONES

WAXY FORTIA está indicado para ser consumido antes y durante los entrenamientos, como preparación a una competición, o post-entrenamiento, combinándolo con suplementos de proteína, para potenciar su asimilación y obtener una correcta y rápida recuperación.

La suplementación con WAXY FORTIA, combinado con una dieta sana y equilibrada, es ideal tanto:

Antes del entrenamiento o actividad física, como preparación a una competición o actividad deportiva de intensidad media-alta, para conseguir una carga de energía fundamental para aumentar el rendimiento de forma rápida y eficaz.

Durante el entrenamiento o actividad física, para obtener la recarga de energía necesaria para retrasar la aparición de la fatiga, y conseguir el máximo rendimiento.

Post-entrenamiento o actividad física intensa, combinándolo con suplementos de proteína, para potenciar su asimilación, y obtener una correcta y rápida recuperación.

RECOMENDACIONES

Los suplementos dietéticos no son sustitutos de una alimentación sana y equilibrada. No superar la dosis diaria recomendada. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños. Consérvese en lugar fresco y seco.

MODO DE EMPLEO

Repartir en dos tomas de 40 g (equivalente a tres dosificadores aprox.), añadir 300 ml. de agua por toma, y consumir antes y durante el entrenamiento o actividad física intensa.

INGREDIENTES SABOR LIMÓN

Waxy (Almidón de maíz, amilopectina) polímeros de glucosa de bajo dextrinaje, acidulante E-330, aroma de limón, carbonato de magnesio, edulcorantes (E-950, E-951), colorante E-104 y Vitamina B1.

fortia

inersis

F-GAIN

Presentación en Envases de 900 g., 1800 g. y 3500 g.

Sabores: Capuchino - Chocolate - Fresa - Vainilla

APTO PARA CELÍACOS



F-GAIN es un suplemento dietético para deportistas, formulado con una óptima combinación de proteína concentrada de suero lácteo, de alto valor biológico de rápida asimilación, y de carbohidratos de índice glucémico bajo, que favorecen la síntesis de las proteínas musculares, y una mayor construcción de músculo magro.

INDICACIONES

Está indicado para ser consumido antes de la práctica deportiva, para favorecer el incremento de recuperación de la masa muscular y el aumento de la energía durante el entrenamiento, o después para favorecer la recuperación.

La suplementación con F-GAIN, antes de la actividad física, proporciona energía de fácil digestión y rápida asimilación, permitiendo:

- Mejorar el rendimiento físico.
- Aumentar la resistencia.
- Evitar la aparición de la fatiga durante el entrenamiento.
- Incrementar la intensidad del ejercicio.
- Evitar la destrucción de las proteínas musculares.
- Incrementar de la masa muscular magra.

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Ideal para deportistas que deseen ganar masa muscular magra. Potencia la regeneración muscular para un rendimiento óptimo.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL	100 g	40 g
Valor energético	391,26 Kcal	156,50 Kcal
	1636,76 KJ	654,70 KJ
Proteínas	48,80 g	19,52 g
Hidratos de Carbono	50,77 g	20,31 g
Grasas	4,13 g	1,65 g
Saturadas	3,02 g	1,21 g
Mono-insaturadas	1,10 g	0,44 g
Sodio	69,00 mg	27,60 mg
Magnesio	30,00 mg	12,00 mg

* Valores nutricionales del sabor Vainilla

RECOMENDACIONES

Los suplementos dietéticos no son sustitutos de una alimentación sana y equilibrada. No superar la dosis diaria recomendada. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños. Consérvese en lugar fresco y seco.

MODO DE EMPLEO

Consumir dos veces al día, antes o después del entrenamiento o desgaste físico, repartido en dos tomas de 40 g c/u (equivalente a tres dosificadores aprox.), y disolver en 300 ml. de agua por toma.

INGREDIENTES SABOR VAINILLA

Proteína de suero lácteo concentrada e instantánea, Waxy (almidón de maíz, amilopectina), maltodextrina, L-Glutamina, aroma de vainilla, carbonato de magnesio, edulcorantes (E-950 y E-951).

AMINOGRAMA (100 g.)

AMINOÁCIDOS ESENCIALES

Fenilalanina	1,76 g
Isoleucina	3,11 g
Leucina	5,77 g
Lisina	5,00 g
Metionina	0,99 g
Treonina	3,97 g
Triptófano	0,77 g
Valina	3,14 g

AMINOÁCIDOS NO ESENCIALES

Ácido Aspártico	5,86 g
Ácido Glutámico	9,39 g
Alanina	2,63 g
Arginina	1,47 g
Cistina	1,31 g
Glicina	1,02 g
Glutamina	1,60 g
Histidina	0,99 g
Prolina	3,11 g
Serina	2,91 g
Tirosina	1,66 g

fortia

inersis

CREATINA

Presentación en envases de 400 g.
Sabores: Neutro - Limón - Naranja

APTO PARA DIABÉTICOS Y CELÍACOS



CREATINA FORTIA es un compuesto de Creatina Monohidrato, sustancia sintetizada de forma natural en nuestro organismo a partir de los aminoácidos Arginina, Metionina y Glicina, que se concentra principalmente en la musculatura esquelética, y que constituye una fuente inmediata y directa para regenerar el ATP gastado durante la práctica de ejercicios de alta intensidad y de resistencia.

CREATINA FORTIA es un suplemento ideal para deportistas de fuerza y potencia, por su capacidad de aumentar el rendimiento y la fuerza, en actividades de corta duración y alta intensidad., cuya ingesta permite:

- Incrementar el transporte y la captación de creatina hacia el interior de las células musculares.
- Aumentar tanto la creatina libre como la fosfocreatina.
- Aumentar la energía disponible para la contracción muscular.
- Retrasar la fatiga, reduciendo el daño celular y acelerando la recuperación muscular.
- Mejorar la composición corporal y aumentar la musculatura libre de grasa.
- Incrementar el volumen de trabajo, y la carga e intensidad del entrenamiento, durante más tiempo.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL	100 g	10 g
Valor energético	88,32 Kcal	8,83 Kcal
	369,68 KJ	36,97 KJ
Proteínas	0,00 g	0,00 g
Hidratos de Carbono	23,00 g	2,30 g
Grasas	<0,1 g	<0,01 g
Saturadas	<0,1 g	<0,01 g
Mono-Insaturadas	<0,1 g	<0,01 g
Creatina monohidrato	70,00 g	7,00 g

* Valores nutricionales del sabor Neutro

INDICACIONES

La suplementación con CREATINA FORTIA está indicada para almacenar energía de liberación rápida, tomada en ciclos de ocho semanas, y en dos fases (carga y mantenimiento). Fase de carga: Ingerir la dosis recomendada, durante la primera semana; Fase de mantenimiento: Ingerir la dosis recomendada, durante las siguientes 7 semanas, y descansar durante la 8ª semana, antes de iniciar nuevamente el ciclo.

CREATINA FORTIA es un suplemento ideal para deportistas de fuerza y potencia, por su capacidad de aumentar el rendimiento y la fuerza, en actividades de corta duración y alta intensidad. Apto para dietas sin gluten. No contiene lactosa.

RECOMENDACIONES

Los suplementos dietéticos no son sustitutos de una alimentación sana y equilibrada. No superar la dosis diaria recomendada. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños. Consérvese en lugar fresco y seco.

MODO DE EMPLEO

Se recomienda tomar en ciclos de ocho semanas, y en dos fases (carga y mantenimiento). Fase de carga: Durante la primera semana, tomar 15 a 20 g diarios, disueltos en agua o zumo, y repartidos en 4 tomas a lo largo del día. Fase de mantenimiento: Durante las siguientes 7 semanas, tomar 5 g diarios disueltos en agua o zumo; y, descansar durante la 8ª semana. (Capacidad de un dosificador completo = 7 g. La dosis de 5g. equivale a 3/4 del dosificador).

INGREDIENTES SABOR NEUTRO

Creatina monohidrato, maltodextrina.

fortia

inersis

BCAA'S

Presentación en envases de 250 g.,
de varios sabores (Neutro - Limón - Naranja).

APTO PARA DIABÉTICOS Y CELÍACOS



BCAA'S FORTIA, es un suplemento nutricional para deportistas, formulado a base de BCAA's ó aminoácidos de cadena ramificada (L-Leucina, L-Valina, L-Isoleucina), aminoácidos esenciales utilizados por nuestro organismo para la síntesis proteica y como fuente de energía de órganos y músculos.

BCAA'S FORTIA, ha sido desarrollado para proporcionar la cantidad y la proporción ideal de aminoácidos de cadena ramificada, para cubrir las necesidades de aminoácidos que los atletas requieren, incluso para los entrenamientos más intensos, para mejorar sus resultados, y obtener un rendimiento mucho mayor de lo habitual.

La suplementación con BCAA'S FORTIA, permite:

Incrementar y proteger la masa muscular.

Reducir la fatiga en períodos de ejercicio físico intenso, tanto en deportes de resistencia como de fuerza.

Favorecer la recuperación del tejido muscular y de los depósitos de glucógeno.

Incrementar la síntesis de glutamina endógena mejorando la respuesta del sistema inmunológico.

INDICACIONES

BCAA'S FORTIA INERSIS es un suplemento recuperador muscular y anticatabólico, ideal para deportistas que practican ejercicios intensos y de larga duración o resistencia, que desean acelerar la recuperación post-entrenamiento, y mejorar su rendimiento deportivo.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL 100 g 10 g

Valor energético	400,00 Kcal	40,00 Kcal
	1674,72 KJ	167,47 KJ
L-Leucina	42,50 g	4,25 g
L-Valina	21,25 g	2,12 g
L-Isoleucina	21,25 g	2,12 g
Vitamina B-6	1,80 g	0,18 g

* Valores nutricionales del sabor Limón

BCAA'S FORTIA está especialmente indicado para:

Atletas de fuerza, culturistas o levantadores de pesas.
Atletas de potencia como jugadores de rugby, luchadores, personas que practican deportes de campo, (boxeadores, etc.

Atletas de resistencia que deseen formar músculo o aumentar su fuerza (triatletas, ciclistas, nadadores...).

Personas que desean ganar músculo, acelerar la recuperación post-entrenamiento o mejorar el rendimiento (deportivo.

Personas que realizan algún tipo de actividad física extenuante y que desean incrementar el tamaño de los (músculos y mejorar la recuperación.

Personas que deseen ganar volumen muscular y mejorar su rendimiento general.

RECOMENDACIONES

Los suplementos dietéticos no son sustitutos de una alimentación sana y equilibrada. No superar la dosis diaria recomendada. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños. Consérvese en lugar fresco y seco.

MODO DE EMPLEO

Se recomienda tomar la dosis diaria (10 g) de BCAA'S, repartida en dos tomas: 5 g (equivalentes a un cacito dosificador, aprox.) mezclados con 250 ml de agua, 15 ó 30 min. antes de iniciar el entrenamiento o actividad física; y, otros 5 g (equivalentes a un cacito dosificador, aprox.) mezclados con 250 ml de agua, inmediatamente después de finalizar el entrenamiento o actividad física.

INGREDIENTES SABOR LIMÓN

L-Leucina, L-Valina, L-Isoleucina, maltodextrina, ácido cítrico, aroma de limón, edulcorantes (E-950 y E-951), colorantes naturales y Vitamina B6.

fortia

inersis

GLUTAMINA

Presentación en envases de 300 g.
Sabores: Neutro - Limón - Naranja

APTO PARA DIABÉTICOS Y CELÍACOS



GLUTAMINA FORTIA, es un suplemento nutricional para deportistas, formulado a base de Glutamina, el aminoácido más abundante en el flujo sanguíneo y dentro de las células musculares. Es esencial para el funcionamiento del sistema inmunológico y de las células involucradas en procesos de regeneración y reparación.

Fuera del ámbito deportivo, la Glutamina es empleada en nutrición clínica para acelerar la cicatrización de úlceras digestivas, enfermedades del tracto digestivo, prevenir la pérdida de masa muscular, soporte nutricional en oncología e inmunodeficiencias.

La suplementación con GLUTAMINA FORTIA permite:

Realizar ejercicios de musculación a mayor intensidad durante un tiempo más prolongado.

Prevenir el sobre-entrenamiento y acelerar la recuperación entre ejercicios.

Frenar el catabolismo muscular, reduciendo el daño muscular post entrenamiento.

Aumentar la regeneración y reparación de la masa muscular.

Aumentar el volumen y la hidratación celular, estimulando el crecimiento muscular.

Favorecer la síntesis proteica y de glucógeno.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL	100 g	10 g
Valor energético	368,32 Kcal 1542,08 KJ	36,83 Kcal 154,20 KJ
Proteínas	70,00 g	7,00 g
H. Carbono	23,30 g	2,30 g
Grasas	1,10 g	< 0,01 g

* Valores nutricionales del sabor Naranja

INDICACIONES

GLUTAMINA FORTIA es un suplemento nutricional, recuperador muscular y anticatabólico, indicado para deportistas que practican ejercicios intensos y de larga duración o resistencia. Apto para dietas sin gluten. No contiene lactosa ni azúcares añadidos.

RECOMENDACIONES

Los suplementos dietéticos no son sustitutos de una alimentación sana y equilibrada. No superar la dosis diaria recomendada. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños. Consérvese en lugar fresco y seco.

MODO DE EMPLEO

Se recomienda tomar la dosis diaria (10 g) de Glutamina, repartida en dos tomas: 5 g (equivalentes a un cacito dosificador, aprox.) mezclados con 250 ml de agua, 15 ó 30 min. antes de iniciar el entrenamiento o actividad física; y, otros 5 g (equivalentes a un cacito dosificador, aprox.) mezclados con 250 ml de agua, inmediatamente después de finalizar el entrenamiento o actividad física.

INGREDIENTES SABOR NARANJA

L-Glutamina, maltodextrina, ácido cítrico, aroma de naranja, edulcorantes (E-950 y E-951), colorantes naturales y Vitamina B6.

fortia

inersis

GLUTA BCAA'S

Presentación en envases de 300 g.
Sabores: Neutro - Limón - Naranja

APTO PARA DIABÉTICOS Y CELÍACOS



GLUTA-BCAA'S FORTIA, es un suplemento nutricional para deportistas, que combina Glutamina y Aminoácidos Ramificados, para potenciar su acción recuperadora. La Glutamina es el aminoácido más abundante en el flujo sanguíneo y dentro de las células musculares, y es esencial para el funcionamiento del sistema inmunológico y de las células involucradas en procesos de regeneración y reparación. Por su parte, los BCAA'S son los aminoácidos esenciales más abundantes en la masa muscular y son utilizados por nuestro organismo como suministradores de nitrógeno para la síntesis proteica, y como fuente de energía de órganos y músculos. La combinación de ambos, provoca una mayor retención de nitrógeno, logrando por tanto, aumentar la tasa de síntesis proteica, e incluso en condiciones muy exigentes, los BCAA'S pueden llegar a contribuir para la formación de Glutamina.

La suplementación con GLUTA-BCAA'S FORTIA, permite:

Evitar lesiones y acortar el tiempo de recuperación muscular después de un esfuerzo intenso o prolongado.

Prevenir los efectos del sobre-entrenamiento.

Reducir al mínimo la destrucción de las propias proteínas musculares.

Facilitar la recuperación de los niveles hepáticos y musculares de glucógeno (Incrementar y proteger la masa muscular).

Reducir la fatiga en períodos de ejercicio físico intenso, tanto en deportes de resistencia como de fuerza.

Favorecer la recuperación del tejido muscular y de los depósitos de glucógeno.

Evitar la disminución de la Glutamina plasmática.

Mejorar la respuesta del sistema inmunológico.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL 100 g 10 g

Valor energético	430,00 Kcal	43,00 Kcal
	1800,32 KJ	180,03 KJ
L-Glutamina	40,00 g	4,00 g
L-Leucina	23,50 g	2,35 g
L-Valina	11,80 g	1,80 g
L-Isoleucina	11,80 g	1,18 g

* Valores nutricionales del sabor Neutro

INDICACIONES

GLUTA-BCAA'S FORTIA es un suplemento dietético indicado para deportistas que realizan entrenamientos o competiciones muy intensas, o personas que practican algún tipo de actividad física extenuante, que desean disminuir el daño muscular, acelerar la recuperación post-entrenamiento y mejorar su rendimiento deportivo.

GLUTA-BCAA'S FORTIA constituye una ayuda ergogénica para deportistas que practican ejercicios físicos intensos y de larga duración o resistencia. Apto para dietas sin gluten. No contiene lactosa.

RECOMENDACIONES

Los suplementos dietéticos no son sustitutos de una alimentación sana y equilibrada. No superar la dosis diaria recomendada. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños. Consérvese en lugar fresco y seco.

MODO DE EMPLEO

Se recomienda tomar la dosis diaria (10 g) de GLUTA-BCAA'S, repartida en dos tomas: 5 g (equivalentes a un cacito dosificador, aprox.) mezclados con 250 ml de agua, 15 ó 30 min. antes de iniciar el entrenamiento o actividad física; y, otros 5 g (equivalentes a un cacito dosificador, aprox.) mezclados con 250 ml de agua, inmediatamente después de finalizar el entrenamiento o actividad física.

INGREDIENTES SABOR NEUTRO

L-Glutamina, L-Leucina, L-Valina, L-Isoleucina y maltodextrina.

fortia
inersis

HGH STIMULATE

Presentación en envase de 250 gr.
Sabor Chocolate. Contiene 25 tomas de 10 gr.

APTO PARA DIABÉTICOS Y CELÍACOS



FORTIA HGH STIMULATE es una fórmula compuesta de tres aminoácidos de forma L- y libre, importantes en el metabolismo proteico, que estimulan la liberación de forma natural de la hormona del crecimiento. Esta hormona es esencial en la construcción de nuestro cuerpo y metabolismo en nuestra etapa joven, y en su mantenimiento y conservación en la etapa adulta. La capacidad de generación natural de nuestro cuerpo de HGH disminuye de forma radical a partir de los 30 años.

La suplementación con FORTIA HGH STIMULATE favorece la obtención de los siguientes efectos y beneficios:

- Crecimiento adecuado de nuestro tejido óseo y cartílagos
- Desarrollo y mantenimiento de la masa muscular
- Aumenta el metabolismo de las grasas
- Aumento de la fuerza y tamaño muscular
- Mejora la síntesis de insulina en el hígado
- Conservación y reparación de la piel y otros tejidos
- Aumenta el sistema inmune
- Mantiene un cuerpo saludable en la edad adulta

INDICACIONES

Complemento dietético para deportistas que quieran facilitar la síntesis proteica y aumentar el metabolismo. Coadyuvante de dietas para control de peso. Defatigante.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL	100 g	10 g
Valor energético	399,50 Kcal 1670,00 KJ	39,95 Kcal 167,00 KJ
Proteínas	88,00 g	8,80 g
H. Carbono	6,25 g	0,625 g
Grasas	2,51 g	0,251 g
Saturadas	1,88 g	0,188 g
Mono-insaturadas	0,62 g	0,062 g
Colesterol	6,00 mg	0,60 mg

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

FORTIA HGH STIMULATE está formulado con una eficaz combinación de aminoácidos (L-Arginina, L-Ornitina y L-Glutamina) que favorecen una mayor producción de la hormona del crecimiento (HGH).

La asociación de la L-Arginina con la L-Ornitina tiene una importante función en el metabolismo del exceso de grasa corporal. Asimismo, potencian el empleo de los ácidos grasos como combustible, ahorrando parte del glucógeno. Además se incrementa el aporte de aminoácidos a las células favoreciéndose la síntesis proteica.

L-Glutamina es un aminoácido no esencial que también tiene muchos efectos positivos en la prevención de pérdida de masa muscular, en la disminución del colesterol y de la presión arterial, y en el aumento de la salud general.

Esta combinación de aminoácidos posee efectos desintoxicantes sobre la acumulación de desechos tóxicos producidos por el esfuerzo. También es esencial en el

metabolismo del amonio, formando urea para eliminación de los catabólitos nitrogenados (ciclo de la ornitina), y para estimular la formación de colágeno, que ejerce efecto conectivo importante en piel, acelerando la cicatrización.

RECOMENDACIONES

Los suplementos dietéticos no son sustitutos de una alimentación sana y equilibrada. No superar la dosis diaria recomendada. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños. Consérvese en lugar fresco y seco.

MODO DE EMPLEO

Tomar una vez al día, dos dosificadores (10 g) disueltos en 200 ml. de agua, por la mañana o por la noche, o media hora antes del entrenamiento. Tomar durante 5 días y descansar los 2 días siguientes.

INGREDIENTES

L-Arginina, L-Ornitina, L-Glutamina, Cacao, Maltodextrina, Edulcorantes (E950 - E951) y Carbonato Magnésico.

fortia

inersis

PRE WORK e2 eXTREME eNERGIZER

Presentación en envase de 480 gr.
Sabor limón. Contiene 24 tomas de 20 gr.

APTO PARA DIABÉTICOS Y CELÍACOS



FORTIA PRE WORK e2 eXTREME eNERGIZER es el complemento que te preparará para que tus entrenamientos sean mas intensos y eficaces, aumentando tu concentración y rendimiento. Te proporcionarán la estimulación que necesitas para disfrutar de muchas más series y superar tus límites.

La selección de elementos que lo componen, en estudiadas proporciones, tales como Beta Alanina, L-Arginina, L-Ornitina, Monohidrato de Creatina, L-Glutamina entre otros, se encargan de favorecer la dilatación de los vasos sanguíneos, incrementar el aporte de oxígeno y nutrientes a los músculos, y en definitiva aportar como principales beneficios:

- Aumento de la concentración durante el entrenamiento de alta intensidad.
- Aumento de la energía disponible para el ejercicio.
- Aumento del rendimiento.
- Permitir entrenamientos más prolongados.
- Permitir entrenamientos más intensos.
- Mejorar el desarrollo muscular.
- Retrasar la fatiga muscular.
- Evita la pérdida de masa muscular.
- Mejorar la recuperación.
- Quemar grasas de forma más eficaz.

Todo ello favorecido por la adecuada proporción de carbohidratos de lenta asimilación, y de los ingredientes que quema grasas incorporados.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL	100 g	20 g
Valor energético	351,94 Kcal	70,39 Kcal
Proteínas	1639,30 KJ	327,86 KJ
Hidratos de Carbono	77,14 g	15,43 g
Grasas	18,54 g	3,71 g
Saturadas	<0,1 g	<0,1 g
Mono-insaturadas	<0,1 g	<0,1 g

MODO DE EMPLEO

Tomar 20 gr (3 dosificadores) con 200 ml de agua entre 20 y 30 minutos antes del entrenamiento, preferiblemente sin haber ingerido nada sólido 60 minutos antes de la toma, para una optima asimilación. FORTIA PRE WORK e2 eXTREME eNERGIZER no sustituye ni altera la suplementación post-entreno.

ADVERTENCIAS

En algunos casos puede experimentarse un ligero hormigueo cutáneo, dependiendo de la sensibilidad del deportista, pero este hecho no presenta ninguna consecuencia ni se debe a ninguna reacción adversa. Suele desaparecer tras 10 ó 12 tomas.

INGREDIENTES

Creatina Monohidrato, Beta-Alanina, L-Arginina, Maltodextrina, Ácido Cítrico, Citrulina Malato, L-Ornitina, L-Taurina, L-Glutamina, Cafeína Anhidra, L-Tirosina, L-Carnitina, aromas naturales, Carbonato Magnésico, y Edulcorantes (E950 - E951).

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA (100 g.)

Creatina Monohidrato	20,00 g
Beta-Alanina	19,00 g
L-Arginina	13,50 g
Citrulina Malato	12,50 g
L-Ornitina	6,50 g
L-Taurina	6,50 g
L-Glutamina	6,50 g
Cafeína Anhidra	2,00 g
L-Tirosina	1,50 g
L-Carnitina	1,50 g

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA (20 g.)

Creatina Monohidrato	4000 mg
Beta-Alanina	3800 mg
L-Arginina	2700 mg
Citrulina Malato	2500 mg
L-Ornitina	1300 mg
L-Taurina	1300 mg
L-Glutamina	1300 mg
Cafeína Anhidra	400 mg
L-Tirosina	300 mg
L-Carnitina	300 mg

fortia

inersis

FLAPJACKS

Presentación en Barritas de 120g en cajas de 24 uds.

Sabores: Chocolate - Triple Choco - Manzana - Vainilla - Yogurt

Contiene GLUTEN. Apto para vegetarianos y veganos.



FLAPJACKS FORTIA son barritas energéticas, de exquisito sabor y textura, muy agradables al paladar, elaboradas para proporcionar la alta energía proveniente de los hidratos de carbono procedentes de la avena.

La avena es una fuente natural de hidratos de carbono de fácil absorción, rica en proteínas de alto valor biológico, grasas saludables, vitaminas y minerales. Es el cereal con mayor proporción de grasa vegetal, con un 65% de grasas no saturadas y un 35% de ácido linoléico (con un interesante aporte de omega 3). Contiene vitamina B1, B2, B3, B6 y vitamina E, y también aporta minerales como fósforo, potasio, sodio, magnesio, calcio, hierro, cobre y cinc.

Su riqueza en hidratos de carbono de fácil asimilación y su aporte proteico con seis de los ocho aminoácidos esenciales, muy por encima de cualquier otro cereal, hacen de FLAPJACKS FORTIA un suplemento nutricional ideal para deportistas de fondo o que realicen esfuerzos prolongados para nutrir el organismo, tanto a nivel orgánico como muscular.

INDICACIONES

FLAPJACKS FORTIA es un suplemento nutricional ideal para deportistas que necesitan una ingesta alta de energía que les ayude a cumplir sus objetivos deportivos. FLAPJACKS FORTIA pueden consumirse como recuperador tras la práctica de ejercicios intensos y de larga duración o resistencia, entre horas, o bien para reemplazar una comida. Al no contener ningún tipo de grasa animal, son aptas para veganos. No contienen lactosa.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL	120 g
Valor energético	513,00 Kcal 2145 KJ
Proteínas	7,9 g
Carbohidratos	58,6 g
Grasas	29,0 g
* Valores nutricionales del sabor Triple Choco	

Ingredientes: AVENA, margarina vegetal no-hidrogenada (aceite vegetal, agua, sal, emulsionante E475, colorantes E100 y E160b), jarabe de azúcar invertido, cacao en polvo, cobertura de chocolate negro con copos de chocolate blanco. Contiene GLUTEN. Apto para vegetarianos y veganos

INFORMACIÓN NUTRICIONAL 120 g.
 Valor Energético 513 Kcal/2145 KJ
 Proteínas 7,9 g
 Carbohidratos 58,6 g
 Grasas 29,0 g

Lote: 151112/45135 - Consumir antes del: 11/2016

RECOMENDACIONES

Los suplementos dietéticos no son sustitutos de una alimentación sana y equilibrada. No superar la dosis diaria recomendada. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños. Consérvese en lugar fresco y seco.

MODO DE EMPLEO

Tomar una barrita entre horas atendiendo a las necesidades energéticas de cada actividad, bien, para reemplazar una comida o antes de la práctica de ejercicios intensos y de larga duración o resistencia; o, después del entrenamiento para acelerar el proceso de recuperación.

INGREDIENTES SABOR TRIPLE CHOCO

Ingredientes: Avena, margarina vegetal no-hidrogenada (aceite vegetal, agua, sal, emulsionante E475, colorantes E100 y E160b), jarabe de azúcar invertido, cacao en polvo, cobertura de chocolate negro con copos de chocolate blanco.

NUTRAPROTEC COMPLEX

COMPLEX

Presentación en cajas de 15 sobres de 33 g. c/u y envases de 760 g.

Sabores: Chocolate - Vainilla - Capuchino - Fresa

APTO PARA DIABÉTICOS Y CELÍACOS



NUTRAPROTEC COMPLEX es un suplemento alimenticio formulado con una óptima combinación de proteínas de alto valor biológico de rápida asimilación, carbohidratos de distinta frecuencia de absorción, enriquecido con 13 vitaminas y 11 minerales esenciales. Es bajo en grasas y sodio. No contiene azúcares añadidos, y es apto para dietas sin gluten. Indicado para adultos jóvenes y personas mayores que no pueden satisfacer sus necesidades a través de la dieta diaria, o que se encuentran en situaciones que requieren de un mayor aporte de nutrientes, permitiéndoles mejorar y mantener un adecuado estado nutricional cuando la alimentación habitual no es suficiente.

La suplementación con NUTRAPROTEC COMPLEX ayuda a compensar los vacíos nutricionales de la dieta, aportando los siguientes beneficios:

Prevenir o compensar las carencias nutricionales en adultos con una ingesta dietética desequilibrada o insuficiente.

Mantener el aporte nutricional adecuado en adultos jóvenes o personas mayores, que padecen algún trastorno digestivo, o enfermedad crónica como el cáncer, que limitan la cantidad de nutrientes que absorben los intestinos.

Combatir la fragilidad, malnutrición y pérdida de peso.

Reducir la pérdida de masa y fuerza muscular durante la hospitalización.

Recuperar masa y fuerza muscular, y la funcionalidad posterior a la hospitalización.

INGREDIENTES SABOR VAINILLA

Proteína concentrada de suero lácteo de alto valor biológico, maltodextrina, almidón de maíz, aroma de vainilla, edulcorantes (E950 - E951), carbonato de magnesio, mix de vitaminas y minerales. Leche desnatada en polvo.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	100 g	33 g
Valor energético	416,16 Kcal 1742,38 KJ	137,33 Kcal 574,98 KJ
Proteínas	33 g	10,89 g
Hidratos de Carbono	62 g	20,46 g
Grasas	3,80 g	1,25 g
Saturadas	2,89 g	0,95 g
Mono-insaturadas	0,91 g	0,30 g
Lactosa	2,28 g	0,75 g

* Valores nutricionales del sabor Vainilla

EL MODO DE EMPLEO

Diluir 33g de producto en 200 ml de leche, y remover hasta su completa disolución. Una vez preparado, si no se ha de consumir de inmediato, se debe conservar en el frigorífico y consumirlo antes de 24 horas.

RECOMENDACIONES

Se recomienda tomar 1 ó 2 sobres al día, como complemento dietético en situaciones que requieran mayor aporte de nutrientes, debido a la falta de apetito, a una alimentación insuficiente o desequilibrada, en períodos de convalecencia, debilidad o estrés. Consultar a su médico en caso de embarazo, patologías renales o hepáticas. Manténgase fuera del alcance de los niños. Consérvese en lugar fresco y seco.

VITAMINAS	100 g.(*)	33 g.(**)
Vitamina A	1454,55 mcg	480,00 mcg
Vitamina B1	2,00 mg	0,66 mg
Vitamina B2	2,55 mg	0,84 mg
Vitamina B3	29,09 mg	9,60 mg
Vitamina B6	2,55 mg	0,84 mg
Vitamina B12	5,45 mcg	1,80 mcg
Vitamina C	145,45 mg	48,00 mg
Vitamina D	9,09 mcg	3,00 mcg
Vitamina E	21,82 mg	7,20 mg
Vitamina K	136,36 mcg	45,00 mcg
Ácido Fólico	363,64 mcg	120,00 mcg
Ácido Pantoténico	10,91 mg	3,60 mg
Biotina	90,91 mcg	30,00 mcg

(*) 181,81 %CDR (**) 60 %CDR

MINERALES	100 g.	%CDR	33 g.	%CDR
Calcio (Ca)	408 mg	50,00	134,65 mg	16,50
Fósforo (P)	315 mg	45,00	103,95 mg	14,85
Cloro (Cl)	674 mg	84,28	222,42 mg	27,81
Potasio (K)	743 mg	37,18	245,19 mg	12,27
Hierro (Fe)	7,13 mg	50,94	2,35 mg	16,81
Zinc (Zn)	7,61 mg	76,174	2,51 mg	25,14
Cobre (Cu)	0,4875 mg	48,75	0,16 mg	16,08
Yodo (I)	80,1 mcg	53,40	26,43 mcg	17,62
Selenio (Se)	21,8 mcg	57,81	7,19 mcg	19,07
Magnesio (Mg)	375 mg	40,794	123,75 mg	13,46
Manganeso (Mn)	0,7 mg	35,14	0,23 mg	11,59