



Atlas fitness
& SPA

СВЕЖЕВЫЖАТЫЕ СОКИ

FRESH JUICES

		ml	грн (uah)
Апельсиновый	Orange	250	47,00
Грейпфрутовый	Grapefruit	250	47,00
Яблочный	Apple	250	40,00
Ананасовый	Pineapple	250	85,00
Морковный	Carrot	250	25,00
Сельдереевый	Celery	250	68,00

ВОДА И ФРУКТОВЫЕ НАПИТКИ

WATER AND FRUIT BEVERAGES

		ml	грн (uah)
Harrogate Spa Water		330	45,00
Harrogate Spa Water sport cap		750	45,00
Evian		330	30,00
Evian sport cap		750	45,00
Borjomi		500	30,00
Моршинская	Morshinskaya	330	25,00
Моршинская спорт	Morshinskaya sport cap	330/750	15,00/20,00
Aloe Vera Organic		500	45,00

**Фитнес
МЕНЮ**

СОКИ И СОКОВЫЕ НАПИТКИ

JUICES AND JUICES BEVERAGES

		ml	грн (uah)
Галиция	Galicia	300	15,00
Сандора	Sandora	250	12,00

КОФЕ Coffee

		ml	грн (uah)
Ристретто	Ristretto	15	20,00
Эспрессо	Espresso	30	20,00
Эспрессо Макиато	Espresso Macchiato	50	20,00
Американо	Americano	100	20,00
Капучино	Cappuccino	210	25,00
Латте Маккиато	Latte Macchiato	280	28,00
Фраппе	Frappé	250	28,00
Гляссе	Glacé	250	35,00
Кофе без кофеина	Decaffeinato	30	20,00

ЖЕВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗИНКИ, ЛЕДЕНЦЫ

CHEWING GUM, SWEETMEATS

		грн (uah)
Орбит Профешнл	Orbit Professional	10,00
Орбит Леденцы	Orbit Sweetmeats	15,00

СМУЗИ И МОЛОЧНЫЕ КОКТЕЙЛИ

SMOOTHIES AND MILKSHAKES

	ml	грн (uah)
Смузи «Легкий завтрак» Light breakfast smoothie	280/10	40,00

Начните свой день с нескольких глотков этого коктейля. Состоит из йогурта, мюсли «fitness», клубники, добавлен апельсиновый сок и мед.
Ingredients: low-fat yoghurt, muesli, banana, strawberries, orange juice, honey.

Смузи «Мятно-ягодный потенциал» Mint-berry potential smoothie	280/10	40,00
--	--------	-------

Достаточное количество витаминов и жирных кислот в этом коктейле поможет максимизировать эффект от Ваших тренировок. В состав коктейля входит сок зеленого яблока, банан, ягодный микс, дополненный листочками свежей мяты.

Ingredients: berry mix, banana, fresh mint leaves, unsweetened apple juice.

Смузи «Взбодри меня» Start me up smoothie	280/10	40,00
--	--------	-------

Если Вы почувствовали, что Ваш энергетический потенциал ослаб, попробуйте этот микс, чтобы восстановиться и достичь новых высот. Помогут Вам в этом морковь, яблоко, киви, петрушка и стебель сельдерея

Ingredients: carrots, apple, kiwi fruit, parsley and celery

Смузи «Тропический пляж» Tropical beach smoothie	280/10	40,00
---	--------	-------

Этот фруктовый смузи поможет Вам тренироваться дольше и переносить более тяжелые нагрузки. Коктейль на основе ананаса, манго, черники и ледяной крошки.

Ingredients: pineapple, mango, blueberry and crushed ice.

Смузи «Шоколадный вельвет» Chocolate velvet smoothie	280/10	40,00
---	--------	-------

Этот шейк – отличный десерт после тренировки. Коктейль поможет восстановить силы и поднимет настроение. Смузи на основе молока, ванильного мороженого, банана, шоколадного топпинга, молотого миндаля и льняного семени.

Ingredients: milk, vanilla ice cream, chocolate, banana, ground almonds and flax seed.

Молочный Шейк Milk Shake	280/10	40,00
-----------------------------	--------	-------

Молочный шейк на основе молока, мороженого, банана и сиропа.

Ingredients: milk, ice cream, banana, syrup.

**Фитнес
МЕНЮ**

БЕЛКОВЫЕ КОКТЕЙЛИ

PROTEIN COCKTAILS

	ml	грн (uah)
Белковый коктейль из сывороточного белка Protein cocktail of whey protein	180/40	40,00

NUTREND Whey Core 55 – чистый концентрат белка молочной сыворотки содержит 55% белков в каждой порции. Кроме того, Whey Core 55 обогащён мальтодекстрином (специальный тип углеводов), который обеспечивает долгосрочное снабжение организма энергией. Благодаря постепенной усвояемости, продукт не изменяет уровень сахара в крови.

калорийность (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)
149,00	22,2	1,80	11,00

Белковый коктейль из сывороточного концентрата Protein cocktail of whey concentrate	140/30	40,00
---	--------	-------

NUTREND Whey Core 100. Новинка среди белковых продуктов – высокое содержание белка (76 %), отличный вкус, великолепная растворимость. Каждая порция продукта содержит 5 грамм аминокислот с разветвлёнными цепями – существенных аминокислот L-лейцина, L-изолейцина и L-валина, которые необходимы для качественного роста мышц.

калорийность (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)
111,00	23,00	1,40	1,50

Белковый 12-ти часовой коктейль Protein 12-hour cocktail	180/40	40,00
---	--------	-------

Основой NUTREND LONG CORE 80 являются тщательно подобранные источники белка, среди которых есть как «быстрые», так и «медленные» белки, что позволяет достигать эффективного усвоения аминокислот. В этом продукте собрано всё самое лучшее от всех белков широкого спектра действия, а именно: концентрат белка молочной сыворотки, изолят белка молочной сыворотки, казеинат кальция, изолят молочного белка.

калорийность (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)
146,00	31,6	1,30	1,80

Комплексный белковый коктейль Complex protein cocktail	200/30	40,00
---	--------	-------

Коктейль на основе DM Elite Fusion 7. Это семикомпонентный протеин, созданный, чтобы быть самым вкусным, высокоэффективным и долгоусваивающимся протеином среди спортивного питания. Вы можете употреблять Elite Fusion 7, как удобный заменитель пищи, как протеиновый коктейль между приемами пищи или как коктейль после тренировки для помощи организму в восстановлении.

калорийность (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)
126,72	15,34	4,00	7,34

БЕЛКОВО-УГЛЕВОДНЫЕ КОКТЕЙЛИ (ГЕЙНЕР)

PROTEIN-CARBS COCKTAILS (GAINER)

	ml	грн (uah)
Белково-углеводный коктейль BSN True Mass (32 % белка) Protein-Carbs cocktail BSN	300/80	65,00

True Mass – эксклюзивная протеиновая матрица. Каждый из протеинов, входящих в состав True-Mass, обладает уникальным аминокислотным профилем и разным временем абсорбции, что гарантирует его длительное воздействие. Использование True-Mass между приемами пищи позволит Вашим мышцам расти постоянно!

калорийность (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)
347,86	27,48	9,34	38,47

Белково-углеводный коктейль NUTREND MASS GAIN 14 200/40 Protein-Carbs cocktail NUTREND	300/80	45,00
--	--------	-------

Углеводный комплекс в сочетании с 14 % белков предназначен для восстановления и стимулирования роста мышечной массы. Углеводный комплекс составлен из нескольких типов углеводов - мальтодекстрина, глюкозы и фруктозы.

калорийность (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)
153,00	5,70	1,50	29,10

АМИНОКИСЛОТНЫЕ ДОБАВКИ

AMINO ACID SUPPLEMENTS

	ml	грн (uah)
DYNAMIC Amino Forte	11	35,00

Amino Forte – аминокислотный комплекс в жидкой форме, содержащий 19 L-аминокислот и витамины. Аминокислоты объединены с витаминами группы B, которые помогают организму синтезировать необходимый белок.

Спортивное
питание

ОКИСЬ АЗОТА. ПРЕДТРЕНИРОВОЧНЫЙ КОМПЛЕКС

NITRIC OXIDE. PRE-WORKOUT

	g	грн (uah)
Окись азота BSN N.O.-Xplode	22,5	35,00

BSN Advanced Strength N.O.-Xplode 2.0 – новая, и одна из лучших в мире предтренировочных добавок, которая начинает работать сразу же, и Вы почувствуете прилив энергии и увеличение силы, интенсивность Ваших тренировок повышается в разы и увеличивается объем мышц.

КОРРЕКЦИЯ ВЕСА

WEIGHT CORRECTION

	ml	грн (uah)
DYNAMIC L-carnitine 2700	11	35,00

Источник 100% L-карнитина. Дополнительный прием L-карнитина увеличивает содержание белка в сердечной мышце и значительно увеличивает содержание в ней гликогена. L-карнитин повышает силу и выносливость сердечной мышцы.

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ДОБАВКИ

ENERGY-BOOSTING SUPPLEMENTS

	ml	грн (uah)
Inkospor X-TREME Guarana	25	35,00

Этот уникальный продукт, содержащий кофеин, стимулирует работоспособность, повышает выносливость, поддерживает в организме высокий энергетический уровень и укрепляет иммунитет. Кроме того, inkospor Guarana 1500 mg содержит пантотеновую кислоту, витамины С и В-комплекса, а также магний, который нормализует сердечную деятельность.

ВИТАМИНЫ И МИНЕРАЛЫ VITAMINS AND MINERALS

	ml	грн (uah)
DYNAMIC VitaMineral Forte	11	35,00

Витаминно-минеральный комплекс, содержащий коэнзим Q10 – источник молодости, энергии и здоровья. В продуктах, которые мы сегодня употребляем в пищу, содержится очень мало витаминов и минералов, поэтому нам просто необходим дополнительный прием витаминно-минеральных комплексов.

ИЗОТОНИКИ

ISOTONICS

	g	грн (uah)
Inkospor X-TREME Power Drink	30	15,00

Высокоуглеводный энергетический напиток, который легко усваивается, так как имеет нейтральный показатель pH. Inkospor X-TREME Power Drink способствует оптимальному восполнению потерь энергии и гликогена в работающих мышцах, и значительно сокращает восстановительный период. Кроме того, inkospor Power Drink содержит витамины С, Е и В-комплекса, необходимые для эффективного метаболизма углеводов, а также важнейшие электролиты, обеспечивающие максимальное поглощение жидкости и глюкозы.

калорийность (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)
116,00	0,00	0,00	29,00

СПОРТИВНЫЕ НАПИТКИ

SPORTS BEVERAGES

	ml	грн (uah)
CARNITIN DRINK	750	60,00

Напиток не газирован, а также не содержит сахар и без кофеина. Благодаря таурину и витамину В3 продукт способствует повышению координации и концентрации.

калорийность (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)
16,00	1,30	0,00	0,00

**Спортивное
питание**

СПОРТИВНЫЕ БАТОНЧИКИ

SPORTS BARS

	г	грн (uah)
Nutrend Excelent Protein bar	40	35,00

Протеиновый батончик, содержащий 24 % белка и 43 % углеводов, предназначенный для повышения качества мышечной массы, обладающий сбалансированным составом протеинов и прекрасным вкусом.

калорийность (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)
175,00	9,60	7,50	16,90

Nutrend COMPRESS CFM 34	40	35,00
-------------------------	----	-------

COMPRESS CFM 34 отличается высоким содержанием белка (34 %), что напрямую отвечает потребностям спортсменов силовых видов спорта.

калорийность (ккал)	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)
162,00	13,50	6,30	12,80

Спортивное
питание

