

# Forever Ultra™ Shake Mix Vanilla / Chocolate

#470 / 471

1-2-mal  
täglich



## Ernährungsprogramm auf der Basis von nicht gentechnisch verändertem Soja-Eiweiß.

Der Forever Ultra Shake ist ein leckerer, vielseitiger und einfacher Weg, um deinen Körper mit 21 g nicht gentechnisch verändertem Sojaprotein (inkl. Milch) zu versorgen. Der nahrhafte Snack mit köstlichem Vanille- oder Schokoladen-Geschmack kommt ganz ohne Konservierungsstoffe aus und passt hervorragend zu Milch oder deinem Lieblings-Milchersatz. Die Forever Ultra Shakes helfen dir dabei, dich bewusst und kontrolliert zu ernähren. Jetzt fehlt nur noch regelmäßige Bewegung und eine kalorienbewusste und fettreduzierte Ernährung und bald kannst du deinem Traumgewicht näher kommen.

Um Muskeln aufzubauen und zu erhalten, benötigt der Körper Aminosäuren, die nur aus Eiweiß gewonnen werden können. Der Shake ist durch die vollwertige Proteinzufuhr ebenso als Powerdrink für Sportler geeignet oder zum Schlemmen als schmackhafter Milchshake. Du wirst dich noch besser fühlen, wenn du die Forever Ultra Shakes zu einem Teil deines Trainings machst.

Bereits zwei Portionen Forever Ultra Shake, angereichert mit fettarmer Milch, versorgen dich vollständig mit dem Tagesbedarf an wichtigen Vitaminen und Mineralien.

SPORT & FITNESS

- Sättigender Mahlzeit-Ersatz mit vielen Vitalstoffen
- Auch als Zusatz- oder Zwischenmahlzeit bei schlechten Essgewohnheiten
- Bietet eine vollwertige Proteinzufuhr



### INHALT:

375 g Pulver (Vanilla) / 405 g Pulver (Chocolate),  
1 Messlöffel

### VERZEHREMPFEHLUNG:

1-2-mal täglich eine Mahlzeit durch einen Shake ersetzen. 1 gestrichener Messlöffel (entspricht 25 g) mit 240 ml fettarmer Milch (1,5 % Fett) auflösen, schön cremig rühren und dann genießen. Kann auch mit zerstoßenem Eis oder Früchten gemixt werden.

### ZUTATEN:

**470 Vanilla:** Sojaprotein-Isolat (61 %), Färberdistelöl-Pulver [Färberdistelöl-Pulver, Verdickungsmittel (Akaziengummi)], Fruktose, Aroma (Maltodextrin, natürliches Vanillearoma), Kaffeeweißer (Sonnenblumenöl, Maltodextrin, modifizierte Stärke), Trikaliumphosphat, Fructooligosaccharide, Stabilisator (Guarkernmehl), Magnesiumoxid, Emulgator (Sojalecithin), Süßungsmittel (Sucralose), Calciumcarbonat, Ascorbinsäure, Eisenfumarat, D-alpha-Tocopherylacetat, Niacinamid, Retinylpalmitat, Zinkoxid, Magnesiumsulfat, D-Biotin, Kaliumiodid, D-Calciumpantothenat, Kupfersulfat, Bierhefe (Weizen und Gerste), Pyridoxinhydrochlorid, Cholecalciferol, Thiaminhydrochlorid, Riboflavin, Folsäure, Cyanocobalamin, Natriumselenat.

**471 Chocolate:** Sojaprotein-Isolat (57 %), Färberdistelöl-Pulver [Färberdistelöl-Pulver, Verdickungsmittel (Akaziengummi)], Fruktose, Kaffeeweißer (Sonnenblumenöl, Maltodextrin, modifizierte Stärke), Aroma (Kakaopulver, Maltodextrin), Trikaliumphosphat, Kakaopulver, Fructooligosaccharide, Stabilisator (Guarkernmehl), Magnesiumoxid, Aroma (Maltodextrin, Vanillearoma), Emulgator (Sojalecithin), Süßungsmittel (Sucralose), Calciumcarbonat, Ascorbinsäure, Eisenfumarat, D-alpha-Tocopherylacetat, Niacinamid, Retinylpalmitat, Zinkoxid, Magnesiumsulfat, D-Biotin, Kaliumiodid, D-Calciumpantothenat, Kupfersulfat, Bierhefe (Weizen und Gerste), Pyridoxinhydrochlorid, Cholecalciferol, Thiaminhydrochlorid, Riboflavin, Folsäure, Cyanocobalamin, Natriumselenat.



FOREVER®

# Forever Ultra™ Shake Mix

## Vanilla

SPORT & FITNESS

#470

Die folgenden gesundheitsbezogenen Angaben zu den Zutaten in Forever Ultra™ Shake Mix entsprechen der aktuellen Verordnung der EU-Kommission (EU) Nr. 432/2012 sowie der Schweizer Verordnung des EDI über die Information über Lebensmittel (LIV).

### Nährwertangaben:

pro 100 g	pro Mahlzeit mit 240 ml fettarmer Milch
Energie 1573 kJ/376 kcal	883 kJ/212 kcal
Fett 8,8 g davon: · gesättigte Fettsäuren 1,2 g	6,0 g 3,2 g
Kohlenhydrate 24 g davon: · Zucker 9,2 g	18 g 2,3 g
Ballaststoffe 6,8 g	1,7 g
Eiweiss 52 g	21 g
Salz 1,6 g	0,7 g



### Zusammensetzung Pro Mahlzeit mit 240 ml fettarmer Milch (25 g Pulver):

Vitamin A	469 µg	59 %*
Vitamin C	43 mg	54 %*
Calcium	343 mg	43 %*
Vitamin D	2,5 µg	50 %*
Vitamin E	6 mg	51 %*
Thiamin (B1)	0,5 mg	48 %*
Riboflavin (B2)	0,6 mg	40 %*
Niacin (B3)	8 mg	50 %*
Vitamin B6	0,7 mg	50 %*
Folsäure (Folat, B9)	113 µg	56 %*
Vitamin B12	1,58 µg	63 %*
Biotin (B7)	28 µg	57 %*

Pantothensäure (B5)	2,7 mg	45 %*
Kalium	882 mg	44 %*
Phosphor	475 mg	68 %*
Jod	68 µg	45 %*
Zink	4,7 mg	47 %*
Selen	21,6 µg	39 %*
Kupfer	0,5 mg	52 %*
Mangan	1 mg	51 %*
Eisen	7 mg	50 %*
Magnesium	152 mg	41 %*

\* Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis nach NRV

# Forever Ultra™ Shake Mix

## Chocolate

SPORT & FITNESS

#471

Die folgenden gesundheitsbezogenen Angaben zu den Zutaten in Forever Ultra™ Shake Mix entsprechen der aktuellen Verordnung der EU-Kommission (EU) Nr. 432/2012 sowie der Schweizer Verordnung des EDI über die Information über Lebensmittel (LIV).

### Nährwertangaben:

pro 100 g	pro Mahlzeit mit 240 ml fettarmer Milch
Energie 1581 kJ/378 kcal	916 kJ/220 kcal
Fett 10 g davon: · gesättigte Fettsäuren 1,5 g	6,5 g 3,3 g
Kohlenhydrate 24 g davon: · Zucker 10 g	18 g 2,7 g
Ballaststoffe 8,9 g	2,4 g
Eiweiss 48 g	21 g
Salz 1,5 g	0,7 g



### Zusammensetzung Pro Mahlzeit mit 240 ml fettarmer Milch (25 g Pulver):

Vitamin A	469 µg	59 %*
Vitamin C	43 mg	54 %*
Calcium	343 mg	43 %*
Vitamin D	2,5 µg	50 %*
Vitamin E	6 mg	51 %*
Thiamin (B1)	0,5 mg	48 %*
Riboflavin (B2)	0,6 mg	40 %*
Niacin (B3)	8 mg	50 %*
Vitamin B6	0,7 mg	50 %*
Folsäure (Folat, B9)	113 µg	56 %*
Vitamin B12	1,58 µg	63 %*
Biotin (B7)	28 µg	57 %*

Pantothensäure (B5)	2,7 mg	45 %*
Kalium	882 mg	44 %*
Phosphor	475 mg	68 %*
Jod	68 µg	45 %*
Zink	4,7 mg	47 %*
Selen	21,6 µg	39 %*
Kupfer	0,5 mg	52 %*
Mangan	1 mg	51 %*
Eisen	7 mg	50 %*
Magnesium	152 mg	41 %*

\* Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis nach NRV

#### Vitamin A trägt bei

- | zu einem normalen Eisenstoffwechsel
- | zur Erhaltung normaler Schleimhäute
- | zur Erhaltung normaler Haut
- | zur Erhaltung normaler Sehkraft
- | zu einer normalen Funktion des Immunsystems
- | zur Funktion bei der Zellspezialisierung

#### Calcium trägt bei

- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zu einer normalen Blutgerinnung
- | zu einer normalen Muskelfunktion
- | zur normalen Signalübertragung zwischen den Nervenzellen
- | zu einer normalen Funktion von Verdauungsenzymen
- | zur Funktion bei der Zellteilung und -spezialisierung
- | zur Erhaltung normaler Knochen und Zähne

# Forever Ultra™ Shake Mix

## Vanilla / Chocolate

SPORT & FITNESS

#470 / 471

### Vitamin C trägt bei

- | zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße, Knochen, Knorpelfunktion, Zahnfleisch, Haut und Zähne
- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- | zur normalen Funktion der Psyche
- | zu einer normalen Funktion des Immunsystems
- | zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
- | zur Regeneration der reduzierten Form von Vitamin E die Eisenaufnahme zu erhöhen
- | zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung

### Vitamin D trägt bei

- | zu einer normalen Aufnahme/Verwertung von Calcium und Phosphor
- | zu einem normalen Calciumspiegel im Blut
- | zur Erhaltung normaler Knochen und Zähne
- | zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion
- | zu einer normalen Funktion des Immunsystems
- | zur Funktion bei der Zellteilung

### Vitamin E trägt bei

- | zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress

### Riboflavin (Vitamin B2) trägt bei

- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- | zur Erhaltung normaler Schleimhäute
- | zur Erhaltung normaler roter Blutkörperchen
- | zur Erhaltung normaler Haut
- | zur Erhaltung normaler Sehkraft
- | zu einem normalen Eisenstoffwechsel
- | zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
- | zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung

### Folsäure (Folat, Vitamin B9) trägt bei

- | zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft
- | zu einer normalen Aminosäuresynthese
- | zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel
- | zu einer normalen Blutbildung
- | zur normalen Funktion der Psyche
- | zu einer normalen Funktion des Immunsystems
- | zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- | zur Funktion bei der Zellteilung

### Niacin (Vitamin B3) trägt bei

- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zur normalen Funktion der Psyche
- | zur Erhaltung normaler Schleimhäute
- | zur Erhaltung normaler Haut
- | zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung

### Vitamin B6 trägt bei

- | zur normalen Regulierung der Hormontätigkeit
- | zur normalen Bildung roter Blutkörperchen
- | zur normalen Funktion des Immunsystems
- | zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- | zu einem normalen Eiweißstoffwechsel
- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zur normalen Funktion des Nervensystems
- | zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel
- | zur normalen Funktion der Psyche

### Thiamin (Vitamin B1) trägt bei

- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- | zu einer normalen psychischen Funktion
- | zu einer normalen Herzfunktion

### Vitamin B12 trägt bei

- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- | zur normalen Funktion der Psyche
- | zu einer normalen Funktion des Immunsystems
- | zu einer normalen Bildung roter Blutkörperchen
- | zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- | zur Funktion bei der Zellteilung

### Magnesium trägt bei

- | zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- | zum Elektrolytgleichgewicht
- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- | zu einer normalen Muskelfunktion
- | zu einer normalen Eiweißsynthese
- | zur normalen Funktion der Psyche
- | zur Erhaltung normaler Knochen und Zähne
- | zur Funktion bei der Zellteilung

# Forever Ultra™ Shake Mix

## Vanilla / Chocolate

SPORT & FITNESS

#470 / 471

### **Biotin (Vitamin B7) trägt bei**

- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- | zu einem normalen Stoffwechsel von Makro-nährstoffen
- | zur normalen Funktion der Psyche
- | zur Erhaltung normaler Haare, Schleimhäute und Haut
- | zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- | zur normalen Regulierung der Hormontätigkeit

### **Pantothensäure (Vitamin B5) trägt bei**

- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- | zu einer normalen geistigen Leistung

### **Kalium trägt bei**

- | zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- | zu einer normalen Muskelfunktion
- | zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks

### **Phosphor trägt bei**

- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zu einer normalen Funktion der Zellmembran
- | zur Erhaltung normaler Knochen und Zähne

### **Jod trägt bei**

- | zu einer normalen kognitiven Funktion
- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- | zur Erhaltung normaler Haut
- | zu einer normalen Produktion von Schilddrüsenhormonen und zur normalen Schilddrüsenfunktion

### **Selen trägt bei**

- | zur Erhaltung normaler Haare
- | zur Erhaltung normaler Nägel
- | zu einer normalen Funktion des Immunsystems
- | zu einer normalen Schilddrüsenfunktion
- | zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress

### **Mangan trägt bei**

- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zur Erhaltung normaler Knochen
- | zu einer normalen Bindegewebsbildung
- | zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress

### **Zink trägt bei**

- | zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel
- | zu einem normalen Kohlenhydrat-Stoffwechsel
- | zu einer normalen kognitiven Funktion
- | zu einer normalen DNA-Synthese
- | zu einer normalen Fruchtbarkeit und einer normalen Reproduktion
- | zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen
- | zu einem normalen Fettsäurestoffwechsel
- | zu einem normalen Vitamin-A-Stoffwechsel
- | zu einer normalen Eiweißsynthese
- | zur Erhaltung normaler Knochen, Haare, Nägel und Haut
- | zur Erhaltung eines normalen Testosteronspiegels im Blut
- | zur Erhaltung normaler Sehkraft
- | zu einer normalen Funktion des Immunsystems
- | Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- | zur Funktion bei der Zellteilung

### **Kupfer trägt bei**

- | zur Erhaltung von normalem Bindegewebe
- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zu einer normalen Haarpigmentierung
- | zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- | zu einem normalen Eisentransport im Körper
- | zu einer normalen Hautpigmentierung
- | zu einer normalen Funktion des Immunsystems
- | zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
- | zu einer normalen Fruchtbarkeit und einer normalen Reproduktion
- | zu einem normalen Stoffwechsel von Makro-nährstoffen

### **Eisen trägt bei**

- | zu einer normalen kognitiven Funktion
- | zu einem normalen Energiestoffwechsel
- | zur normalen Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin
- | zu einem normalen Sauerstofftransport im Körper
- | zu einer normalen Funktion des Immunsystems
- | zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- | zur Funktion bei der Zellteilung