

PROGRAM LOTOWY 2013

Niedziela (powrót z lotu)

karma: wieczorem - Białko WPC
woda: R-Speed

Poniedziałek

karma: rano - olejek czarny kminek + białko WPC
wieczorem - tran + kora fix
woda: tricho extra

Wtorek

karma: rano - olejek czosnkowy + drożdże + mix warzywny
wieczorem - tran + QUICK-OR
woda: rano - tricho extra
wieczorem - Turbo Mix ziołowy

Środa

karma: rano - olejek czosnek + siara loty
wieczorem - olejek czarny kminek + QUICK-OR + przemiana materii
woda: rano - Turbo mix ziołowy
wieczorem - HMB

Czwartek

karma: rano - olejek energetyczny + siara loty + mix warzywny
wieczorem - olejek energetyczny + QUICK-OR
woda: rano - Turbo Mix Ziołowy
wieczorem - ATP Crea speed

Piątek

karma: rano - olejek energetyczny + siara loty
wieczorem - karma bez dodatków do oporu
woda: rano - ATP Crea speed
wieczorem - HMB

Sobota

karma: dieta + drobne nasiona + kukurydza popcorn
woda: NO2 nitro