

Video-kurz odkazy na suplementy

*Na PC odkazy můžete otevírat pravým tlačítkem na myši – „otevřít v novém okně“ nebo „kartě“.
Popřípadě vyhledávejte podle názvu.*

Nakupuji zde:

<https://www.brainmarket.cz/>

<https://ajemfit.cz/> - Slevový kod: MILOS5

alternativa top kvality stejně jako ajemfit : <https://www.adamraw.cz/>

Top 3

Protein

Ideálně :

BIO Whey Protein -1kg (ORGAINIC) <https://ajemfit.cz/bio-whey-protein-1kg-organic-107>

(borůvky mi chutnají nejvíc)

GOAT (nativní kozí protein) -480g <https://ajemfit.cz/goat-nativni-kozi-protein-480g-1197>

(papája/ananas příchut' nebo skořice)

Alternativa od brainmarketu:

Performance Protein - <https://www.brainmarket.cz/proteiny-2/performance-protein-cokolada-1000g/>

BrainMax LAUF Protein - <https://www.brainmarket.cz/proteiny-2/brainmax-lauf-protein-1000-g/>

Hořčík

Performance Magnesium – byslycinát : <https://www.brainmarket.cz/brainmax/performance-magnesium-1000-mg-100-tbl/>

BrainMax Magtein, Hořčík L-Treonát : <https://www.brainmarket.cz/brainmax-doplňky-stravy/brainmax-pure-magtein/>

Mají i formu malát, ale preferuji tyto.

L-treonát i jiné formy magnesia najdete i na Ajemfitu např. (má tam více značek L-treonátu)

Magnesium L-Treonát -90 kapslí (DR. MERCOLA) - <https://ajemfit.cz/magnesium-l-treonat-90-kapsli-dr-mercola-155> (je zde i balení o víc kapslí)

Nebo L-TREONÁT (Magtein) -90 kapslí (Raw's) - <https://ajemfit.cz/l-treonat-magtein-90-kapsli-raw-s-1412>

B-complex

ideálně

B-Komplex (Bioaktivní) - 90 kapslí (Raw's) - <https://ajemfit.cz/bioaktivni-b-komplex-90-kapsli-raws-1263>

B-komplex s Benfotiaminem (DR. MERCOLA) - <https://ajemfit.cz/b-komplex-s-benfotiaminem-dr-mercola-44>

Ps: I hovězí játra obsahují B vitamíny. Stejně jako kozí Goat protein.

Levnější Alternativa od braimarketu (preferoval bych ty nahoře...)

BrainMax Activated B-Complex - <https://www.brainmarket.cz/brainmax/brainmax-activated-b-complex--90-rostlinnych-kapsli/>

Shilajit

IMMORTAL SHILAJIT (Zlatá třída) - PRIMAL ALCHEMY : <https://ajemfit.cz/immortal-shilajit-primal-alchemy-181>

SHILAJIT ČERNÉ ZLATO (Zlatá třída) - (AjemFiT): <https://ajemfit.cz/shilajit-black-gold-zlata-trida-ajemfit-1292>

Levnější Alternativa od braimarketu (za mě bych preferoval ty výše zmíněné)

BrainMax Shilajit, 15 g : <https://www.brainmarket.cz/brainmax/brainmax-shilajit--15-g/>

Vitamin D3 + K2

BrainMax Vitamin D3 & K2, D3 5000 IU / K2 jako MK7 - <https://www.brainmarket.cz/brainmax/brainmax-vitamin-d3-k2-mk7-100-rostlinnych-kapsli/>

Dá se koupit i levněji samostatné D3 (ale je dobré vždy kombinovat s K2)

Nějaké D3 najdete také na ajemfitu.

Olivový olej

Vysokopolyfenolický olivový olej (extra panenský nefiltrovaný) – Megaritiki - <https://ajemfit.cz/vysokopolyfenolicky-olivovy-olej-megaritiki-ladolea-140>

Je tam i více druhů.

Brainmarket má také olivové oleje. Stačí vyhledat

Např. BrainMax Pure Extra panenský olivový olej. <https://www.brainmarket.cz/brainmax/brainmax-pure-olivovy-olej-picual--bio--500-ml/>

Omega rybí 3 olej z tresčích jater

ROSITA Olej z tresčích jater - kapsle (Norsko) : <https://ajemfit.cz/rosita-olej-z-trescich-jater-90-kapsli-norsko-81>

BrainMax Omega 3, Olej z tresčích jater, citrón: <https://www.brainmarket.cz/brainmax/brainmax-omega-3-cod-liver-oil-olej-z-trescich-jater-citron/>

Další

EXTRAKT Z ÚSTŘIC (IRSKO) -120 kapslí (36g): <https://ajemfit.cz/extrakt-z-irskych-ustric-120-kapsli-134>

Zdroj zinku.

BIO RAW Hovězí Játra -180 kapslí (AjemFiT): <https://ajemfit.cz/ceska-bio-raw-hovezi-jatra-180-kapsli-ajemfit-1196>

PERGA (Pokrm Bohů) - <https://ajemfit.cz/perga-pokrm-bohu-500g-cerstva-cr-38>

Sůl

Sůl keltská:

<https://www.brainmarket.cz/brainmax-pure/brainmax-pure-keltska-morska-sul--sucha--500-g/>

Speciální bambusová sůl (krystaly nebo jsou i kapsle)

9X Fialová Bambusová sůl - (Korea)- <https://ajemfit.cz/fialova-bambusova-sul-9x-korea-1282>

9X Fialová bambusová sůl (Korea) -120 kapslí (Raw's) - <https://ajemfit.cz/9x-fialova-bambusova-sul-120-kapsli-korea-1284>

Betain HCL – Pro tvorbu kyseliny chlorovodíkové

BrainMax Betaine HCl: <https://www.brainmarket.cz/brainmax-doplňky-stravy/brainmax-betaine-hcl-700-mg--90-kapsli/>

+ Jablečný ocet zde také lze objednat

<https://www.brainmarket.cz/brainmax-pure/brainmax-pure-jablecny-ocet--bio--500-ml/>

Nakopávač BrainMax 3.0 Anabolic Dagger:

<https://www.brainmarket.cz/brainmax/brainmax-3-0/>