

<http://diglender.libero.it/gymagazine>

NUMERO

6

GYM

Dimensione Palestra
Magazine
Torino

Anno 2, n° 4 - Luglio / Agosto 2004 - periodico d'informazione

- MAURO CHERCHI
- L'INVECCHIAMENTO
- 1° GRAND PRIX DELLE ALPI
- SPECIALE ALIMENTAZIONE

VI edizione del Premio "fitness Italia"
PAOLO EVANGELISTA premiato
MIGLIOR ITALIAN PRESENTER

modelli: Deborah Bottazzi e Pierluigi Lombardo





DIETA & FITNESS

Integratori per lo sport

Via Nizza 43/C

orario 10.00 - 14.00 15.30 - 19.30

lunedì chiuso

Tel.011.6505410

C.so Grosseto 152

orario 9.00 - 13.00 15.30 - 19.30

lunedì mattina chiuso

Tel.011.2295078

**Integratori per la dieta a zona
40/30/30, aminoacidi, proteine,
barrette, creatina, glutammina,
vitamine, minerali, mega
mass, bevande energetiche, creme
ed altro ancora.**

Tutte le marche italiane ed americane.

EDITORIALE



Grazie... "Gioco del Calcio"!

Il "Gioco del Calcio"... con la "C" maiuscola è una dicitura che ricorda gli albori di uno sport incredibilmente popolare e meravigliosamente coinvolgente...più un gioco, appunto, che una competizione vera e propria.

E in questa mia voglio dire grazie Calcio, per essere divenuto così esageratamente "potente" nel soverchiare tutti gli altri sport e vergognosamente "prepotente" nel non ammettere mai le sue, sempre più frequenti, infime figure.

Grazie Calcio, per essere così immoralmente "ricco" nel ricevere denaro, attenzioni, passioni e speranze e ridicolamente "taccagno" nel dare emozioni che siano limpide e genuine...come tutti gli altri sport continuano a fare!

Ma voglio dire grazie anche a tutti i fans più sanguigni che nel Calcio ci credono veramente e lo aiutano nel suo inesorabile, ma speriamo interminabile, declino.

Grazie a tutti loro tifosi infatti l'incolumità degli sport onesti e puliti, seppur poveri e "ghettizzati", sarà al sicuro da qualsiasi maledizione che oggi si accanisce sul...calcio...ormai con la "c" minuscola!

Grazie calcio: denaro, violenza, arroganza, polemica, doping, vanità e ignoranza sono ormai le tue qualità migliori! Continua a fare di queste caratteristiche le tue prerogative e lascia agli altri sport la correttezza, lo spirito agonistico puro che non rende nemici (!) ma unisce, la modestia dei veri campioni e la salute....te ne prego!

che l'**ENERGIA** sia con voi
Luigi di Carlo



Tiratura: 4000 copie

A. SFB STUDIO

GYM MAGAZINE - Torino

via Spalato, 85 - 10141 Torino

Tel/fax 011.19706053 - cell: 347.9348360

...il «\ÉÉ\»^>~iÀ•LiÀœ~iÉ}b">}>â~i
e - ma}iP">}>â~iJ•LiÀœ~i

SOMMARIO

Supplemento a Il...
n. 3868 il...
Tribunale Civile e Penale di Torino

DI TUTTO, DI PIÙ	
Emanuele Rimini	6
L'italia che... "saliva"	
PAOLO EVANGELISTA	9
SPECIALE INTEGRAZIONE	10
I GIAGUARI	11
MAURO CHERCHI	15
ENRICO BARROERO	16
GRAND PRIX DELLE ALPI	20

Via Castelgomberto, 14
Tel. 011.3115182 -
e - ma~iœ>ÀiJ•iœ>ÀiÀV

Per pubblicità telefonare al:
347.9348360

Per acquistare
"L'alimentazione vincente"
telefonare
al n°347.76.21.010

Trifacciale TRIFACCIALE
la rivista fitness più EFFICACE e SICURA
È l'unico UV-A più potente che ti sia
Inoltre, la potenza STREPTONIA
con 2 DOPPIO MASSAGGI

TRIFACCIALE: € 5,20
TRIFACCIALE SHIATSU: € 6,20
DOCCIA SOLARE: € 9,50
LETTONE U-VA: € 13,00

PROMOZIONE

€ 52,00 € 37,50

LOS CORALES - C.so SEBASTOPOLI, 210
10138 - TORINO - TEL. 011.3247522

"DI TUTTO, DI PIÙ"

L'Italia che "saliva" SALIVA v



Chissà a quanti si sarà azzerata la salivazione dopo l'ennesima farsa del nostro calcio viziato, che proprio a suon di sputi si è fatto splendida beffa di sé agli ultimi europei. E chissà quanti avranno pensato a quello che viene definito con assoluta presunzione lo sport più bello del mondo come ad un happening che è sempre meno sport e sempre più una passerella di aspiranti coiffeur, conclamati adescatori di soubrettes e pluripagati testimonial di acque minerali all'uccelletto, yogurt canterini, karaoke stonati e paccottiglia pubblicitaria varia.

Ma li avete visti, i nostri eroi? Arroganti in ogni treccina, messa in piega, colata di gel ultrafissante o tatuaggio. Beckamizzati (che significa, all'incirca: rincoglioniti) dalla testa ai piedi. Capaci più soltanto di sputare minacciose sentenze, come Vieri, o di sputare e basta, come Totti. O di fare gara solo per vedere chi ha la barchetta più lunga, come Cannavaro. Nessun problema, tanto verranno adorati lo stesso. Tutto è permesso, perché a loro si perdona tutto. Sono i nostri eroi della domenica, in fondo. Gli unici rimasti. I soli modelli di riferimento a cui le nuove generazioni hanno ancora voglia di fare riferimento. Bambini e bambine. Ragazzini e ragazzine. Ometti e signorine. Li amano, li bramano. E li imitano. E le famiglie, tutte anestetizzate nel sogno di un futuro miliardario, li assecondano ciecamente. Spingendoli il più possibile alla sfida. A cominciare dalla partitella dell'oratorio, per poi magari finire in un qualche campionato. Sperando in un bel po' di gloria sonante, prima o poi.

Perché il problema, questo ormai è chiaro a tutti, è la gloria. Intesa come successo, presenza. L'immagine. I soldi, specialmente. E tutto il loro contorno. Fatto di indecifrabili miliardi e ben poca coscienza. Perciò bisogna vincere a ogni costo per amore della faccia e del business. Perché alla fine siamo i più forti, i più belli, i più fighi, no? E perché abbiamo il più bel campionato del mondo. Arroganza assoluta. E il bello è che ci si crede sempre. Arroganti e illusi, per giunta. E poi, quando la solita Italiotta se ne torna a casa sconfitta, c'è ancora chi si stupisce. Chi grida all'inganno, al raggio, alla frode. Intere trasmissioni, pagine su pagine, interventi, opinionisti. Facce scure. Facce paonazze. Facce ovunque. Movieole su movieole.

E ancora discussioni, dibattiti. Interrogativi, supposizioni, inchieste. A cominciare dalle lacrimucce di Cassano per finire con la sconfitta di Trapattoni (che almeno così la finirà di sventolare boccette d'acquasanta a bordocampo). E mentre i soliti noti si arrabattano a capire dove è finito il nostro tocco magico (senza rendersi conto che l'Italia che saliva è rimasta congelata all'incirca nel luglio del 1982)...ahhhhhh!., che delizia vedere l'anonima Grecia tornarsene a casa con un bel po' di gloria autentica. Inaspettata quanto si vuole. Magari anche fortunata. Ma sicuramente sana, piena e genuina. Sudata dall'inizio alla fine da perfetti sconosciuti sottopagati e poco sponsorizzati. Anonimi e bruttarelli, ma che hanno ancora voglia di sputare un po' di sangue per correre e provare a vincere. Almeno fino a quando il solito business non verrà a battere cassa pure da loro. Aaaaah! Chiaramente, le opinioni sono come le palle. Ognuno ha le proprie.

Ma per chi voleva farsi una mezza idea di quello che lo sport del calcio (e lo sport in generale) dovrebbe essere, quello della Grecia resta comunque un ottimo esempio. E, sia chiaro, guai a sputarci sopra.

Filippo D'Arino



8Q URPDQJR SH
RFFKL RUHFFI
ERFFD ODEEU
VWRPD

(GL]LRQL \$5

3UPER #YCLING ALLA 0/7%2 ,).% DI (

E' stato un grande spettacolo "a tutto spinning" quello organizzato il 16 maggio da Nina Sabella, pluripremiata campionessa di body building, nella palestra Power Line di via Segheria 10 a Piossasco (tel: 011/9041285). Sul palco, allestito per l'occasione con un potente impianto stereo condotto da D.J., erano poste tre biciclette specifiche di alta gamma con frizione sul volano in dotazione alla palestra e una bicicletta da corsa.

La rappresentazione è stata condotta da Fabrizio Raverdino, che ha chiamato ad esibirsi con lui sul palco Nicoletta Raverdino, dotatissima allieva di spinning e futura istruttrice della specialità, e l'ospite d'onore Luca Colomba, proprietario della bicicletta da corsa da lui stesso assemblata nel suo negozio Cicli Colomba di via Valmaggi 16 ad Abbadia Alpina vicino a Pinerolo (tel: 0121.202237).

Un corridore di razza, Colomba, con 92 successi ottenuti in carriera, il secondo posto al giro della Valli Cuneesi, con vittoria di tappa a Pian Muné, il titolo di campione italiano a Bergamo nel 1993, il secondo posto nel campionato europeo della montagna nel '94/'95 e 7 titoli di campione italiano ciclosciatori. Fabrizio Raverdino ha spiegato tecnicamente il mezzo e gli esercizi e ha fatto la cronaca dell'esibizione in diretta dal sellino della bicicletta, mentre lui e i suoi ospiti pedalavano attraverso cinque diverse fasi: riscaldamento, pianura, salita, discesa, defaticamento. Alla fine, applausi per la grande performance e l'invito rivolto a tutti di contattare la Power Line, una garanzia di serietà, per una prova gratuita di spinning e per scoprire le molte altre attività sportive che Nina e Salvatore Sabella mettono a disposizione.



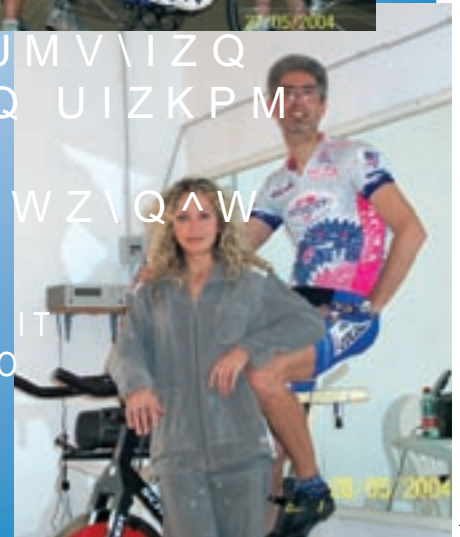
www.pastanord.it

1 V \ M O Z I \ W Z Q I T Q U M V \ I Z Q
L M T T M U Q O T Q W Z Q U I Z K P M
M

) J J Q O T Q I U M V \ W [X W Z \ Q ^ W

% MAIL GIUSIITNESS LIBERO IT
61A - #OPPINO 4ORINO
4EL

SCONTO DEL 10%



h2Ev %VANGELISTA

Il grande **Paolo Evangelista** continua a ricevere riconoscimenti di altissimo livello. Dopo le sue fatiche come insegnante di Fitness nella fortunatissima trasmissione di **Maria De Filippi "Amici"** e dopo le professionistiche performance sul palco **Freddy** del "Festival di Rimini" è premiato assieme a **Steve La Chance Adriana Volpe Stella Diblik Emanuela Masala** e tanti altri illustri nomi del panorama fitness italiano alla...

6° EDIZIONE DEL PREMIO FITNESS ITALIA Panatta Sport Gold Sponsor della manifestazione

Grande successo per la sesta edizione del Premio Fitness Italia, presentato da **Fausto Di Giulio (Federazione Italiana Fitness ed European Fitness Association)** con **Barbara Chiappini**, coordinato dal regista-autore RAI **Cesare Zavattini** e sponsorizzato da **PANATTA SPORT**, avutosi sabato 26 giugno 2004 a **TORTORETO LIDO TERAMO**.

Lo scopo del **Premio Fitness Italia** è proprio quello di voler dimostrare come tante attività possono essere praticate insieme da bambini, anziani ed adulti contemporaneamente e come ciò sia un grande fattore di aggregazione e divertimento, di svago e di relax.

Le 14 esibizioni hanno dimostrato che in palestra ognuno può sentirsi a proprio agio come a casa sua in quanto gli esercizi proposti sono semplici, piacevoli, divertenti.

È la nuova filosofia dello **SLOWFITNESS: il fitness di qualità per vivere meglio.**

E ciò è ora possibile grazie ad un grande, meticoloso e scientifico lavoro di molti professionisti del settore che sono riusciti a rendere semplice ciò che prima era difficile e di esclusivo appannaggio dei pochi fortunati dotati da madre natura di tanta coordinazione, energia e forza.

Ed il **Premio Fitness Italia** è un voler dire GRAZIE e PREMIARE tutti coloro che si impegnano costantemente in questa opera di semplificazione, di aggiunta del **fattore D** (Divertimento) e di diffusione del concetto che il fitness ti migliora la vita nel momento in cui lo rendi uno Stile di Vita come il lavarsi i Denti.



I premiati per la sesta edizione 2004 sono stati:

- 1) FITNESS E TV:** per la promozione del Fitness attraverso le sue numerose ed importanti trasmissioni televisive:
ADRIANA VOLPE
- 2) FITNESS E SPETTACOLO:** per aver promosso l'integrazione del fitness nel mondo dello spettacolo, in particolar modo nella trasmissione "AMICI" di **Maria De Filippi**, nel palco

MEETING al **FESTIVAL DEL FITNESS DI RIMINI** e in numerose altre conventions: **Steve La Chance**.

3) **FITNESS LEADER**: per la magistrale opera di promozione e di coinvolgimento di grandi multinazionali nel mondo del fitness, per il suo contributo reso per l'integrazione del fitness nel mondo dello Show e dell'entertainment: **STELLA DIBLIK**.

4) **ITALIAN PRESENTER**: per l'opera di diffusione del fitness italiano nel mondo e per il coordinamento tecnico dei migliori presenters internazionali sul palco **FREDDY** al **FESTIVAL DEL FITNESS** di **RIMINI**: **Paolo Evangelista**.

5) **MISS FITNESS ITALIA**: per la sua bellezza: **Emanuela Masala**.

6) **FITNESS MARKETING SPEAKER**: per il suo impegno internazionale nella professionalizzazione del settore: **Agostina Piazzì**.

7) **FITNESS CLUB**: per le soluzioni innovative proposte all'interno del suo club: **Franco Fabbri**, **KINGS CLUB**, **Funo D'Argelato**, **BOLOGNA**.

8) **FITBAG TRAINER** per l'impegno nella promozione della FITBAG a **MISS ITALIA**: **Gianluca Bellafante** e **Claudio Rosetti**.

9) **NUOVA ATTIVITÀ**: per l'innovazione nelle attività del fitness: **POWER STRETCH**, **Stefano Carlini**.

10) **FITNESS E STAMPA**: per la professionale opera di divulgazione scientifica: **Francesco Redaelli** ed **Antonio Giannotti** della rivista **TRAINER**.

11) **INTERNATIONAL PRESENTER**: per l'opera di diffusione e crescita del fitness a livello internazionale: **Marcus Irwin**.

Tra le varie autorità e VIP presenti, ospite d'onore il presidente della **PANATTA SPORT**, il Prof **Rudy Panatta**, con il suo management: **Chiara Galli**, **Carlo Aquilanti**, **Fabio Sandroni**.

Ben 150 frequentanti di Fitness Club, su un palco di 200 metriquadri, hanno dimostrato 14 diverse attività del fitness moderno. E' stato un magistrale lavoro di motivazione e coinvolgimento di normali clienti di una palestra i quali, senza un grande impegno di tempo, hanno provato il piacere e l'ebbrezza di essere per un giorno i veri protagonisti insieme a VIP e professionisti del fitness.

Questo è lo scopo finale degli istruttori professionisti, della nuova filosofia dello SLOWFITNESS: **semplificare, motivare, coinvolgere e divertire**.



• ® j % • ° % ® — , | I • z P % ® Y z ® / % ¥ ° % ¥ ,

I "premiati", da sinistra:

- 3 STEVE LA CHANCE (Sindaco Tortoreto Lido)
- 5 EMANUELA MASALA (Resp. Marketing Panatta Sport)
- 6 AGOSTINA PIAZZI
- 7 FRANCO FABBRIO
- 8 GIANLUCA BELLAFANTE
- 9 STEFANO CARLINI
- 10 FRANCESCO REDELLI
- 11 MARCUS IRWIN

- AGGIORE SUDORAZIONE) MAGGIORE

Ci siamo!!!! È estate!!

Ormai siamo tutti al top della forma o stiamo per arrivarci e non ci resta che goderci queste meritate vacanze, ora dobbiamo solo avere un po' di cura nell' idratarci a dovere e nel proteggerci dai radicali liberi (abitudine che dovremmo sempre avere!).

Le bevande isotoniche sono quello che fanno al caso nostro, composte da mix di minerali come il potassio, magnesio, sodio, cloro ecc.. più carboidrati che miscelati nelle proporzioni giuste vanno a ripristinare le scorte che con la sudorazione si perdono. In commercio si trovano in polveri da sciogliere in acqua o già pronte all'uso. Basta idratarsi bene (cosa generalmente sottovalutata) per ovviare alcuni disturbi classici dell'estate!!!

E poi non dimentichiamo gli antiossidanti amici della nostra giovinezza, in particolare con l'arrivo della bella stagione e delle tintarelle occorre pensare alla nostra pelle, dopo averla idratata bene BEVENDO, dobbiamo difenderla quindi via libera a vitamina C, betacarotene, vitamina E, omega 3, bioflavonoidi ecc...

Con un'alimentazione varia ed equilibrata ricca di frutta, verdura, semi oleosi e pesce possiamo tranquillamente coprire il fabbisogno giornaliero ma, se per qualche motivo non ci è possibile assumerli, ricordiamoci che in nostro aiuto arrivano gli integratori!!!

Buone vacanze a tutti e al prossimo numero...

CRISTINA

*Resp. Vendite DIETA&FITNESS
C.so Grosseto 152/A Torino*

ELENA

*Resp. Vendite DIETA&FITNESS
Via Nizza 43/C Torino*



GIAGUARI TORINO



LE FORZE SI RIORGANIZZANO LE RISORS



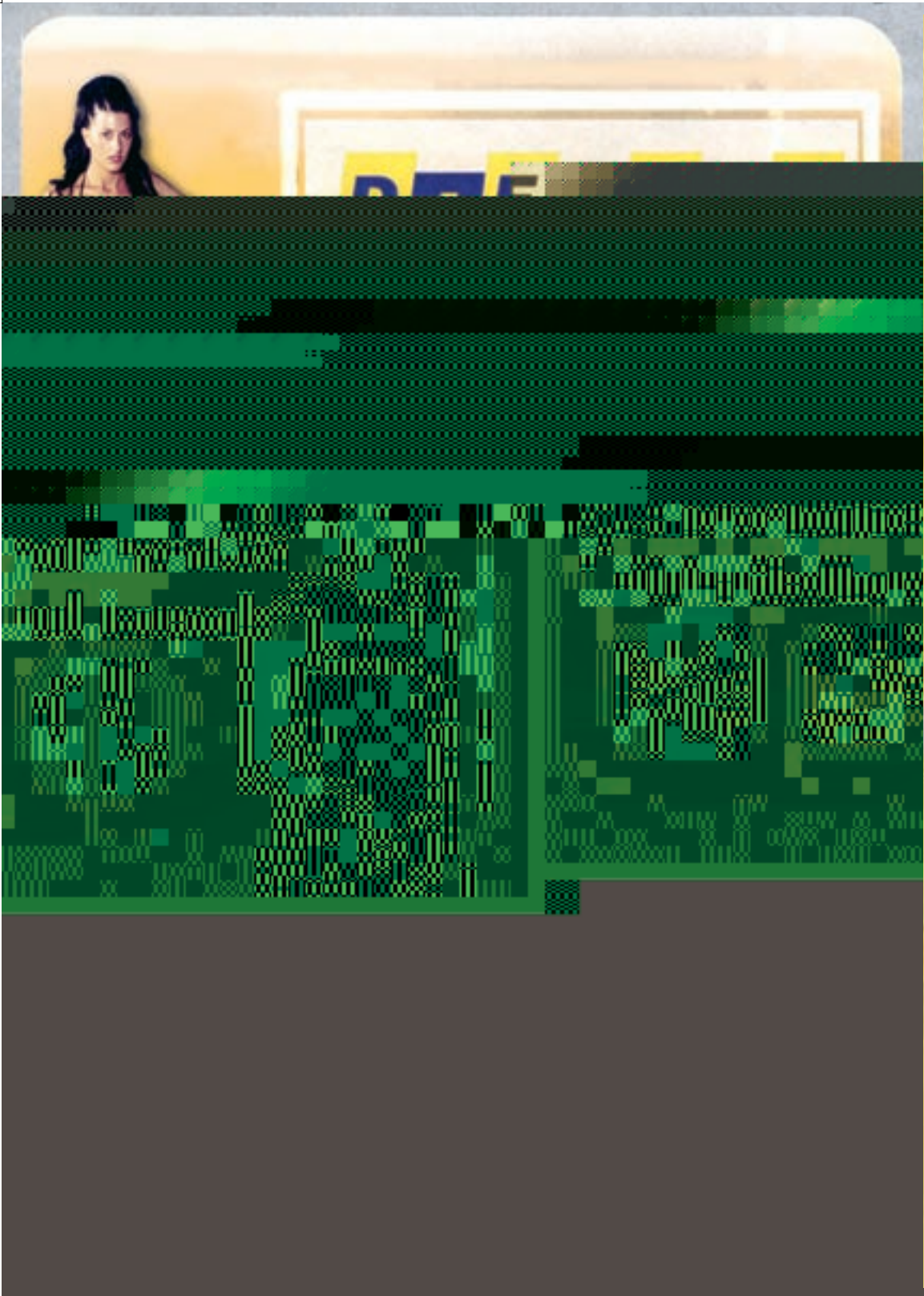
I *Giaguari Torino*, reduci di una prima dura esperienza nel massimo campionato italiano di football americano (Golden League) hanno già incominciato a riorganizzarsi per l'anno prossimo. Da segnalare l'importante accordo concluso con la società Warriors Torino che sospende l'attività e cede i giocatori suoi tesserati ai Giaguari. La formazione torinese avrà a partire da settembre 2004, ancora più potenzialità di quante espresse quest'anno. Difatti il roster dei giocatori salirà a ben 58 elementi. Intanto la dirigenza si sta organizzando in vista dell'imminente campionato Junior League 2004, il campionato giovanile under 20 che laureerà i Campioni d'Italia Junior di football americano. La squadra è forte, composta da oltre 30 elementi e molti di loro con già 4 campionati alle spalle.

Il presidente
Massimo Martinetti

Per tutti gli atleti che fossero interessati a provare a giocare a questo meraviglioso sport telefonare al numero 011.80.000.90 ore d'ufficio.

sito: www.giaguari.com





DIETA & FITNESS

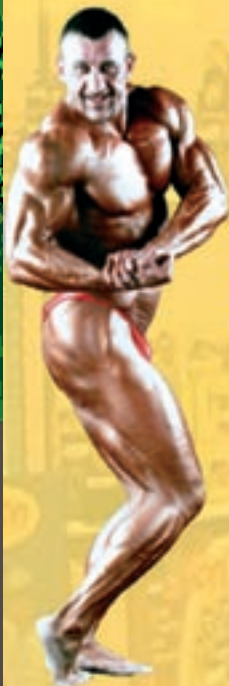
di
Metta Sabina

VI OFFRE PRESSO IL NEGOZIO
UNA VASTA SCELTA DI INTEGRATORI
ALIMENTARI PER SPORTIVI DELLE
MIGLIORI MARCHE ITALIANE,
EUROPEE E AMERICANE.



QUALCHE ESEMPIO ?

D&F, KSR, EUROSUP, GENESIS, GENSAN,
ULTIMATE ITALIA, PROLAB, EAS, MET-RX,
ANDERSON, PVL, AST-RESEARCH, PROACTION,
NUTRISYSTEM, SPORTPHARMA, MUSCLE-TECH,
HUMAN, OPTIMUM, BIOS-LINE, ZONA PERFECT,
NATURAL PROJECT, ECC.



INOLTRE TROVERAI :

- Accessori per lo sport (guantini, cinturoni, ganci, ecc...).
- Libri e video sull'integrazione alimentare e l'allenamento.
- Prodotti professionali specifici per dimagrimento e inestetismi
- Creme e costumi da gara.

- CONSIGLI NUTRIZIONALI E TECNICI DA PERSONALE QUALIFICATO -

>> PRESENTA QUESTO COUPON E AVRAI LO SCONTO DEL **10%**
SU TUTTI I TUOI ACQUISTI. VI ASPETTO !!!

, IMPORTANZA DEGLI INTEGRATORI DI LE BEVANDE IDROSALINE

Quasi tutti gli sport (per quanto riguarda i minerali) richiedono apporti giornalieri consistenti di: sodio, cloro, potassio, calcio, fosforo, ferro e magnesio. Un atleta, o comunque chi svolge regolarmente un'intensa attività fisica, deve quindi seguire una dieta personalizzata che tenga conto delle particolari esigenze e dei probabili incrementi di bisogni imposti dal tipo di pratica sportiva. Non solo, anche il fattore climatico (l'arrivo dell'estate) può incidere negativamente, infatti una sudorazione molto intensa e prolungata comporta una perdita di sodio, cloro e potassio, tale da rendere necessaria l'integrazione. Basti considerare che un litro di sudore contiene 1,5 grammi di sodio (1 grammo di sale marino ne contiene 400 mg cioè 0,4 grammi), per cui occorrono 3,75 grammi di sale per compensare il sodio perso con un litro di sudore. Sodio, cloro e potassio hanno funzioni legate tra loro:

- controllano insieme a calcio e magnesio tutte le funzioni cellulari, con particolare riferimento all'eccitazione del muscolo cardiaco, del sistema nervoso e dei muscoli scheletrici.
- regolano la quantità e ripartizione dell'acqua intra ed extracellulare (sodio e cloro all'esterno, il potassio all'interno).
- regolano la pressione osmotica (di scambio) e l'equilibrio acido-basico dell'organismo.

Il sodio trattiene acqua, mentre il potassio tende ad eliminarla.

La carenza del sodio provoca insorgenza di stanchezza, crampi muscolari ed insonnia; la carenza di potassio invece altera la contrazione muscolare. Diventa perciò necessario prima, durante e dopo una intensa e prolungata attività sportiva, soprattutto in un ambiente caldo umido (in presenza di forte sudorazione) ricorrere all'utilizzo di un integratore idrosalino. Anche le riserve energetiche (glicogeno), durante un intenso lavoro di media o lunga durata, possono richiedere una integrazione, in questi casi è utile aggiungere all'integratore salino del fruttosio, o ancora meglio delle maltodestrine. Durante lo sforzo si tende ad assumere bevande "leggere" (poco concentrate) perchè più facilmente e velocemente assimilabili; dopo, per reintegrare le scorte, sono vantaggiose quelle più "ricche". L'integrazione di sali e zuccheri può distinguersi in relazione alla concentrazione delle sostanze precedentemente descritte, in bevande IPOTONICHE, ISOTONICHE e IPERTONICHE. Le bevande isotoniche hanno una concentrazione di sali e di zuccheri simile a quella del plasma sanguigno, quelle ipotoniche inferiore, quelle ipertoniche superiore.



• P > f - z % † ^ ® ° % ¥ z † ^ ^ ® ^
z > † P z -- % ° z ® ^ † z ° ^ p ¥ > ®
P % ° ° > † ° ^ f ^ † ° ^ ® z ® f z P ¥ % †
- ^ ¥ ° z ® Y , ¥ > † ° ^ ® z ® ° , % ° z ® z †
> • • † † > f ^ † ° z § § § §
> ® - > ¥ ° z ¥ ^ ® Y > • • > ® P % ° • > Å z'



SABINA
 Titolare e venditrice
Dieta & Fitness
 v. Monginevro 86/F - Torino
 tel. 011.382.85.44
 sabyfitness@libero.it

%MOZIONI·CERCASI

Ho 43 anni, il mio nome è Mauro e non ho mai amato, fino al momento in cui ho scoperto il bodybuilding, nessun tipo di sport in quanto nessuno mi suscitava particolari emozioni. Noi tutti siamo alla continua ricerca di emozioni nella vita... inutile nascondere! Per alcuni è il primo goal nella squadra di quartiere, per altri il primo appuntamento galante, per altri ancora il primo giorno di lavoro o semplicemente gli elogi del "grande capo", insomma sono sempre delle emozioni quelle che ci rinnovano la voglia di andare avanti verso gli obiettivi che ci siamo prefissati. La mia più grande emozione, seonda solo alla nascita della piccola splendida Virginia, è stata proprio la scelta di diventare culturista a 34 anni, grazie ad un carissimo amico, Gino D'amico, (di nome e di fatto!) che mi ha fatto scoprire il bodybuilding e di questo gliene sarò sempre grato. Così è trascorso quasi un decennio di appuntamenti preeralsi costituiti da allenamenti intensi associati a estenuanti e sacrificanti preparazioni alimentari per raggiungere le migliori condizioni fisiche per poi calcare i palchi di tutta Italia e d'Europa. Forse l'obiettivo potrebbe non giustificare tutti gli enormi sacrifici fatti... ma sicuramente io e il mio amico Gino abbiamo ottenuto quello che volevamo (e continueremo a volere)... su quei palchi abbiamo regalato a parenti e amici, ma prima di tutto a noi stessi, quel sentimento che si chiama emozione e che continuo a ricevere a trasmettere a tutti quelli che mi sono vicini... grazie al bodybuilding.

Mauro

> ® " - • ^ † Y z Y > ® 6 z ¥ p z

z † %® £ > f z P %®
 " , • ® - > • P %® Y ^ z ®
 > f - z %® † > ° z ®
 , ¥ %® - ^ z





Come si svolge esattamente il processo dell'invecchiamento?

In passato potevamo forse essere perdonati se pensavamo che l'invecchiamento dipendesse esclusivamente dallo stress della vita quotidiana, ma oggi possiamo renderci conto di come l'invecchiamento è frutto di un programma geneticamente imperfetto al quale sono sottoposte le cellule del corpo umano.

Noi tutti ci siamo avviati alla vita sotto forma di una singola cellula: l'ovulo. Dopo essere stato fecondato l'ovulo contiene una serie completa di cromosomi (il genoma umano), metà provenienti dalla madre e metà dal padre. Il genoma può essere considerato una "ricetta" per costruire il corpo umano. Poco dopo la fecondazione ha inizio la costruzione del corpo mediante un processo di divisione della cellula che culmina nella produzione di centinaia di milioni di cellule: cellule del sangue, delle ossa, dei muscoli, della carne, degli organi e via dicendo. Tutte queste cellule sono necessarie per renderci quelle creature umane che siamo e anche nella vita adulta la gran parte delle nostre cellule continua a dividersi.

La divisione di una cellula in due coinvolge una duplicazione del messaggio genetico (il genoma umano), ma non si tratta di una duplicazione esatta e difatti il nostro programma genetico viene gradatamente eroso da un processo di duplicazione imperfetto, e quando un sufficiente numero di imprecisioni, cioè di errori, si accumula nelle nostre cellule, noi cominciamo a manifestare il processo di invecchiamento.

Sono questi errori genetici che provocano l'incanutimento allorché le cellule del pigmento nel cuoio capelluto cessano di funzionare. Fattori analoghi causano l'indebolimento delle nostre ossa, il restringimento delle giunture, l'incurvamento della spina dorsale ecc. Si può chiamare questo come crisi dell'identità biologica... è come se i nostri corpi che invecchiano seguissero un manuale di "manutenzione" pieno di errori di stampa. Dopo i 55 anni di età gli esseri umani "appassiscono" molto in fretta perché il ritmo di deterioramento si raddoppia ogni sei anni. Questa escalation è talmente seria che quando raggiungiamo l'età di 80 anni un terzo delle nostre proteine è già stato danneggiato.

Come mai la natura ha prodotto un sistema di copiatura tanto imperfetto?

Non è detto che sia così: pare infatti che il problema non sia nei nostri geni, bensì nell'aria che respiriamo.

Studi su minuti organismi chiamati mitocondri presenti in ogni cellula umana (centrali di energia delle nostre cellule e quindi del corpo) sintetizzano l'ossigeno fornito dalle cellule del nostro sangue rosso e altre sostanze nutrienti in modo da fornire l'energia necessaria per le diverse funzioni cellulari. L'ossigeno in eccesso definito **RADICALI LIBERI** per corrosione alle cellule, così come l'ossigeno arrugginisce le automobili o irrancidisce il burro. I geni hanno sviluppato sistemi di manutenzione sotto forma di enzimi i quali sempre presenti nelle nostre cellule intervengono per riparare i guasti provocati dai radicali liberi. La funzione principale di questi enzimi consiste nel viaggiare costantemente avanti e indietro nei cromosomi per controllare la presenza di guasti e ripararli. Un processo facilitato dalla spirale del DNA che forma il cromosoma.

Come sapete la doppia spirale del DNA è come una scala a chiocciola con due ringhiere collegati da numerosi pioli... questi pioli contengono paia di lettere di DNA... A G C T. Importante sapere che le combinazioni sono solo A/T o C/G. Questa regola consente agli enzimi di leggere il DNA e di riparare laddove manchi una lettera. Purtroppo il sistema non è sicuro al cento per cento laddove un paio di lettere risultino danneggiate contemporaneamente.

Quindi il processo di divisione delle cellule è un fattore chiave del sistema di difesa del corpo umano contro gli attacchi dei radicali liberi, per cui ad un certo momento qualcosa nei geni impartisce alla cellula l'ordine di dividersi in due rinnovando le proprie difese. Ed è proprio in questo frangente che i cromosomi sono nella loro situazione più vulnerabile giacché il processo comprende la scomposizione della membrana protettiva del nucleo della cellula.

Espulsi dunque in questo modo, i cromosomi si tolgono dalla disposizione a spirale e formano scale dritte e si dividono. I pioli vengono come spezzati e le due catene del DNA si separano. Qualsiasi




1

PROFESSIONE FITNESS



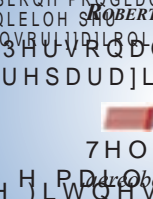
GIOVANNI CERRUTI
WHO
H P D d t v O m n i . c e r r u t i @ f a s t w e b n e t . i t
3 H U V R Q D O W U





MARCO RIPANDELLI
C D P S L R Q H H X U R S H R Y L F H & D P S L R Q H P R O G L D O H
3 H U V R Q D O 7 U D L Q H U G L V S R Q L E L O H S H U S I
H V L E L J L R Q L V H P L Q D U L H V S R Q V B U L J D L R Q L
www.marcoripandelli.com
H P D d o n t @ i s c a l i n e t . i t
F H O O



GIANFRANCO FIUME
9 L F H F D P S L R Q H L W D
E R G \ E X L O G L Q J
3 H U V R Q D O 7 U D L Q H
G L V S R Q L E L O H S H U S I
D Q F K H D J R Q L V W L F
F H O O




ROBERTO PETITO
3 H U V R Q D O 7 U D L Q H U , 6 6 \$ V S
S U H S D U D J L R Q H S H U O R V S R U

7 H O
H P D d r O b x r o b y @ l i b e r o . i t



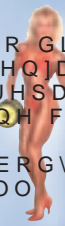
FABIO NOBILE
3 H U V R Q D O 7 U D L Q H U 3 2 U R I H V V L R Q H J L W Q H V
G L V S R Q L E L O H S H U S U H S D U D J L R Q L
D Q F K H D J R Q L V W L F K H
W H O
H P D d i O n o b i l e 1 @ v i r g i l i o . i t



MASSIMILIANO BISIGNANO
D Q Q L / D X U H D W R L Q 6 F
3 U H S D U D W R U H D W O H W L F R
H P D d o B i s i g n a n o @ l i b e r o . i t
W H O
F H O O



STEFANO MAGLIANO
& D P S L R Q H , W D O L D Q R G L E R G \ E X L O G L Q J
D Q Q L G L H V S H U L H Q I D O H O V H W W R U H
q G L V S R Q L E L O H S H U S U H S D U D J L R Q L D Q F K H D J R Q L V W L F K H
L Q F R O O D E R U D J L R Q H F R Q O D P R J O L H
MINA SCARAMUZZI
F D P S L R Q H V V D G L E R G \ E X L O G L Q J S U H S D U D J L R Q L D W O H V
W H O F H O O



GUIDO PAPINI
G L V S R Q L E L O H S H U
F D P S L R Q H V V D G L E R G \ E X L O G L Q J S U H S D U D J L R Q L D W O H V
V S H F L D O L J J D W R L Q V S R U W
F H O O




Dal 1996 a Torino al servizio degli atleti, con integratori e abbigliamento per campioni







Via Rieti, 19/a - 10142 Torino - Tel. 011 4035425




DEBORAH BOTTAZZI
 DQQL 3HUVRQDO 7UDLQHU ,66\$
 &DPSLRQHVVD GL %RG\EXLOGHU DJR
 'D DQQL RSHUD QHO VHVVRUH
 VSHFLDLDJ]DWD QHOOD ULG]LRQH GHG SHVR
 H QHOOD WRQL; FD]LRQH P]MFRQLEVND
 GLVSRQLELOH SHU SURJUD]LRQGHWHWHF+7 LVW
 H GL DOOHQDPHQWR SHU]RUDQDQVWDOOD 5HJLRG
 H P]MFRQLEVND@libero.it
 FHOOD



MAURO NUBRET
 LVWUXWWRUH)/3- &21
 %RG\EXLOGHU DJR
 7HFQLFR RUWRS
 H (VWHWLVD
 'LVSQRLELOH FRPH 3HU
 3HUVRQDO 7UDL
 DQFKH D GRPLFI
 FHOOD

MAURO AGOSTO
 3HUVRQDO 7UDLQHU 3UHSUDJ]LRQGHWHWHF+7 LVW
 'LSORPL FRQVHJXLWL FRPH LVWUXWWRUH)/3- &21
 5HJLRQH 3LHPRQWH 1\$%%\$,)%%)'LSORPDWR , 6 ()
 3URIHVVLQRH)LWQHVV&660 3HUVRQDO 7UDLQHU FHU
 *LXGLFH XI; FLDOH GL JDUH 1\$%%\$
 2UJDQL]D HYHQL H FRUVL GL IRUPD]LRQH SHU LVWUXWWRUH
 3HU FRQVXOHQJH
 rodolfocarpanedo@iol.it

PROF. RODOLFO CARPANELO
 LVWUXWWRUH)/3- &21
 %RG\EXLOGHU DJR
 7HFQLFR RUWRS
 H (VWHWLVD
 'LVSQRLELOH FRPH 3HU
 3HUVRQDO 7UDL
 DQFKH D GRPLFI
 FHOOD



BRUNO GOLISANO
 ,VWUXWWRUH)/3- &21
 %RG\EXLOGHU DJR
 'LVSQRLELOH FRPH 3HU
 H LVWUXWWRUH GL
 WHO
 FHOOD



MAURO CHERCHI
 ,VWUXWWRUH)/3- &21
 %RG\EXLOGHU DJR
 7HFQLFR RUWRS
 H (VWHWLVD
 'LVSQRLELOH FRPH 3HU
 3HUVRQDO 7UDL
 DQFKH D GRPLFI
 FHOOD

IL BACHICA

CIAO A TUTTI!!!

È), 1\$/0(17(\$55,9\$7\$ /-(67\$7((1(+2 / (3529 (48\$/," % (+ /-, 1\$8*85\$=,21('(//-(9(172 (67,92

SPINNING ON THE BEACH 2004

'\$/ /8*/ ,2 \$/ \$*2672 7, \$63(77\$12 %,.(3(5 ,1',0(17,&\$%,/, 25,*,1\$/ 63,11,1* &/ \$66 \$ 3,&2 68/ / 78772 \$ 63272512 69 35(662 , '\$*1, 6,5,2µ

MI RACCOMANDO, NON MANCARE...

,1)2 VDYRFHFFR#WLQ LW F]H]QQUH#WLQ LW

& , \$2

& (&2 6\$925(-



altezza-peso -2 kg



altezza-peso 0 kg



altezza-peso +2 kg



body building classe 3

1° GRAND PRIX

L' 8 maggio 2004 si è svolto a Rivalta di Torino il 1° Grand prix "delle Alpi" organizzato dal sottoscritto e valevole per la qualificazione ai campionati italiani NABBA 2004. Il palazzetto di Rivalta, non nuovo a questo genere di manifestazioni, si è prestato positivamente ad accogliere ben 54 atleti provenienti da diverse regioni del nord italia, permettendo nella serata l'ingresso di circa 450 spettatori. L'unico neo che mi pare doveroso citare per scusarmi con i numerosi atleti è stato il trovarsi ad 1 giorno prima della gara ad affrontare incidenti tecnici, vale a dire lavori di ristrutturazione comprese sostituzioni di vetrate non portate a termine, e questo, complice il freddo anomalo di quel giorno, ha creato qualche disagio. Fortunatamente lo spirito agonistico e sportivo degli atleti mirava oltre godendosi appieno la competizione. La giuria si e' dimostrata attenta e competente ed era composta da: **dott. Matteo Romanazzi** (capo-giuria), **Flavio Passerini**, **Benedetta Pomati**, **Roberto Mazzotta**, **Luca Selis**, **Riccardo Errico** e dal sottoscritto **Mauro Agosto**.

Un ringraziamento va a **Giovanni Brovia**, presidente dell'associazione sportiva "Winner club" di Torino per la collaborazione prestata all'organizzazione della gara.

LE CLASSIFICHE

JUNIORES:

3° classificato **Falcone Giuseppe**: alla sua prima gara e si vede ma c'è sempre una prima volta!

2° classificato **Laurano Marco**: dotato di buona struttura che fa ben sperare per il futuro, bastava un po' di definizione in piu'.

1° classificato **Ghizzoni Daniel**: vince grazie a una buona preparazione e definizione.

ALTEZZA / PESO -2 KG

6° classificato **Cacioppo Michele**: atleta dotato di buona massa ma un po' in ritardo la definizione delle gambe.

5° classificato **Lancini Marco**: dotato di una buona parte superiore ma anche lui un po' liscio sulle gambe.

4° classificato **Rovera Paolo**: atleta con bella linea e buone proporzioni muscolari.

3° classificato **Pittavino Graziano**: atleta armonico e molto definito.

2° classificato **Maero Mirco**: atleta dalla struttura stupenda e buone proporzioni muscolari.

1° classificato **Bramante Angelo**: un altro pianeta, ottima la preparazione e vince meritamente.

X h \$ELLE! LPIV I " " I

foto di «Color Point» - Torino

ALTEZZA / PESO 0 KG

- 6° classificato **Guerrera Nunzio**: buone proporzioni ma in ritardo di definizione.
- 5° classificato **Ramundo Umberto**: buona la parte superiore in ritardo di preparazione sulle gambe.
- 4° classificato **Caruso Nicola**: atleta dalla bella linea e dalla buona definizione.
- 3° classificato **De Simone Raffaele**: atleta dotato di una buona parte superiore sicuramente penalizzato dalle gambe.
- 2° classificato **Lofaro Alessandro**: atleta ben preparato e dotato di ottimi volumi.
- 1° classificato **Dori Mattia**: splendido atleta con densità e definizioni notevoli.

ALTEZZA / PESO + 2 KG

- 6° classificato **Sericano Alessandro**: bel atleta ma in ritardo di preparazione.
- 5° classificato **Jdidi Rachid**: ottima la parte superiore ma liscio sulle gambe.
- 4° classificato **Rovera Gianluca**: dotato di ottimi volumi ma in deciso ritardo di definizione.
- 3° classificato **Litterio Davide**: ottimo atleta, armonico e buon posatore.
- 2° classificato **Borfiga Massimiliano**: atleta dalla bella linea con buone proporzioni muscolari.
- 1° classificato **Berardi Omar**: decisamente molto definito, vince con facilità.

MISS FIGURE SOTTO 163 CM

- 4ª classificata **Parpinel Denis**: buone proporzioni ma carente un pò di tono.
- 3ª classificata **Corso Susanna**: bella presenza molto armonica e proporzionata.
- 2ª classificata **Szymanek Ewa**: molto preparata e definita con una maggior padronanza del palco otterrebbe di più.
- 1ª classificata **D'isanto Carla**: muscolarmente completa, ottima posatrice, in deciso miglioramento rispetto alle gare precedenti.

MISS FIGURE OLTRE 163 CM

- 5° classificata **Viscardi Sara**: bella presenza, avrebbe ottenuto di più' in questo caso a fare cat. Fitness.
- 4° classificata **Binetti Elisabetta**: in deciso miglioramento rispetto alle uscite precedenti un po' in ritardo di definizione.
- 3° classificata _____ ottima presenza decisamente penalizzata dalle gambe.
- 2° classificata **Gedda Grazia**: muscolarmente completa e ben proporzionata.
- 1° classificata **Masia Elena**: vince meritatamente, atleta che puo' tranquillamente aspirare a competizioni di livello superiore.



**La campionessa
Carla D'Isanto**



Miss Figure sotto 163 cm



Miss Figure oltre 163 cm

Donne categoria Fitness

- 6° classificata **Grua Silvia**: dotata di poco tono muscolare ma di un fisico bello esteticamente.
- 5° classificata **Jeantet Doriana**: buona presenza e tono fa ben sperare per il futuro.
- 4° classificata **Caso Susi**: bella presenza fa ben promettere per il futuro.
- 3° classificata **Sanna Stefania**: in deciso miglioramento sia come tono che come presenza, brava!
- 2° classificata **Amerio Barbara**: dotata di un'ottima e completa presenza, al limite di categoria per la definizione.
- 1° classificata **Blengio Monica**: vince per un'ottima presenza e delle buone proporzioni.

Body building classe 4

- 2° classificato **Capece Nicola**: buone proporzioni manca decisamente un po' di massa per questa categoria.
- 1° classificato **Ravetto Antonio**: vince con un volume muscolare decisamente notevole.

Body building classe 3

- 3° classificato **Sanna Roberto**: dotato di buona massa in deciso ritardo di definizione.
- 2° classificato **Costanzo Gianpaolo**: atleta con buona linea e buone proporzioni muscolari.
- 1° classificato **Papini Guido**: splendido atleta con densità e definizioni notevoli.

Body building classe 2

- 4° classificato **Paparella Giuseppe**: decisamente dotato di massa muscolare ma non di definizione.
- 3° classificato **Serra Sandro**: bell'atleta un po' in ritardo di preparazione.
- 2° classificato **Grossini Alfio**: buona la parte superiore un po' liscio di gambe.
- 1° classificato **Mazza Antonio**: vince con buoni volumi e proporzioni muscolari.

Body building classe 1

- 1° classificato **Fea Lorenzo**: peccato unico atleta di categoria direi decisamente bello e armonico.

Un saluto a tutti gli appassionati e arrivderci alla prossima edizione.

Mauro



**COLOR
Point**
fotografia • video

Via Sostegno, 79 - 10146 Torino
Tel.: 011.79.77.69 - Fax 011.72.06.21
e-mail: colorppoint1@tin.it

**FLEX
STORE
NUTRITION
USA**

**INTEGRATORI
PER LO SPORT**

**DEI CAMPIONI
MINA SCARAMUZZI E STEFANO MAGLIANO**

ORARI DA LUNEDÌ A VENERDÌ:
10.00 - 12.30 E 16.00 - 19.30
SABATO CHIUSO TUTTO IL GIORNO

**P.zza Villari, 7/c - via Borgaro (To)
Tel. 011.2215407**

SCONTO DEL 10%

QUALITÀ E CONVENIENZA A PORTATA DI MANO



SCONTO DEL 30% SUI PRODOTTI SOTTO DESCRITTI

RAM 1000

Novità!

Confezione da 100 tav.	€ 15,50	€ 10,85
Confezione da 200 tav.	€ 28,50	€ 19,95
Confezione da 400 tav.	€ 52,50	€ 36,75

RAM 1000 è un integratore di aminoacidi a catena ramificata in compresse da 1.000 mg di principio attivo. Ram 1000 Garantisce il 95% di aminoacidi e solo il 5% di eccipienti. RAM 1000 Contiene esclusivamente aminoacidi di purezza farmaceutica grado USP. RAM 1000 è particolarmente indicato per gli sportivi che si sottopongono a intensi allenamenti o gare, favorisce la performance e riduce il senso di affaticamento.



LIPO BLOCK

Confezione da 100 tav.	€ 19,00	€ 13,30
------------------------	--------------------	---------

LIPO BLOCK può essere utile come coadiuvante delle diete ipocaloriche. Si consiglia di utilizzare LIPO BLOCK nell'ambito di diete equilibrate e a ridotto apporto calorico. Per una maggior efficacia della dieta è opportuno incrementare la spesa energetica mediante l'attività fisica. LIPO BLOCK è un integratore in tavolette con fibre di limone Herbacel AQ Plus e NeOpuntia. LIPO BLOCK Riduce l'assorbimento dei grassi a livello intestinale, riducendo la quota di grasso assimilato. Riduce l'assorbimento dei grassi ingeriti grazie all'estratto di fico d'india NeOpuntia, che si lega ai grassi e ne impedisce l'assimilazione. Le fibre di limone invece contribuiscono a velocizzare il transito intestinale del cibo. Inoltre il complesso di fibre contenute in LIPO BLOCK aumentano senso di sazietà riducendo di conseguenza lo stimolo ad ingerire cibo. LIPO BLOCK rappresenta dunque un valido aiuto per facilitare la perdita di grasso superfluo. Ogni porzione di LIPOBLOCK apporta 4 grammi di fibre e 3 grammi di NeOpuntia. 1 g di NeOpuntia assorbe: 9 g di olio di oliva, 11g di burro e 19 g di maionese. In media 2 g di NeOpuntia sono in grado di assorbire il 28% dei grassi introdotti a pasto. Si consiglia l'assunzione di 4 tavolette a pranzo e 4 tavolette a cena.



LIPO BURNER

Confezione da 50 capsule	€ 24,00	€ 16,80
--------------------------	--------------------	---------

LIPO BURNER può essere utile come coadiuvante delle diete ipocaloriche. Si consiglia di utilizzare LIPO BURNER nell'ambito di diete equilibrate e a ridotto apporto calorico. Per una maggior efficacia della dieta è opportuno incrementare la spesa energetica mediante l'attività fisica. LIPO BURNER è un integratore a base di estratti di erbe bru-



cia-grasso. LIPO BURNER è utile nella regolazione del metabolismo lipidico e nel controllo del peso. LIPO BURNER Favorisce l'utilizzo dei grassi assimilati nella digestione a scopo energetico, diminuisce la tendenza al deposito dei grassi e facilita il riassorbimento dei grassi depositati nei tessuti adiposi. LIPO BURNER non contiene estratti vegetali con azione stimolante. LIPO BURNER, grazie alla forskolina contenuta, accelera la cAMP (adenosina monofosfato ciclico), un messaggero intracellulare che favorisce la lipolisi e limita la lipogenesi. La forskolina stimola inoltre l'attivazione dell'ormone tiroideo termogenetico T3.

Contiene i seguenti principi attivi: Coleus forskolii E.S. titolato al 10% in forskolin, Garcinia cambogia E.S. titolato al 60% in acido idrossicitrico, Rhodiola rosea E.S. titolato al 3% in rosavin, Commiphora mukul E.S. titolato al 10% in gugul steroni, Gymnema sylvestris E.S. titolato al 25% in acido ginnico, Chitosano oligosaccaride sale di vitamina C, Carnitina, Vit.C

CARBO BURNER

Conf. da 30 compresse	€ 11,50	€ 8,05
-----------------------	--------------------	--------

CARBO BURNER può essere utile come coadiuvante delle diete ipocaloriche. Si consiglia di utilizzare CARBO BURNER nell'ambito di diete equilibrate e a ridotto apporto calorico. Per una maggior efficacia della dieta è opportuno incrementare la spesa energetica mediante l'attività fisica. CARBO BURNER riduce l'assorbimento di carboidrati complessi assunti con la dieta, come ad esempio pane, pasta, riso, biscotti, torte, etc. grazie all'estratto di fagiolo FASEOLAMINA 2250. Ogni grammo di FASEOLAMINA 2250 può bloccare fino a 2.250 calorie da carboidrati complessi grazie all'azione inibitoria esercitata sull'enzima alfa amilasi, responsabile della digestione dei carboidrati complessi (quelli contenuti in pane, pasta, riso, etc...). L'inibizione può variare leggermente da individuo a individuo ed è legata all'attività dell'alfa amilasi CARBO BURNER regola il metabolismo degli zuccheri aiutando a stabilizzare il livello di zuccheri nel sangue, aiutando a prevenire la formazione ed il conseguente deposito dell'adiposo corporeo. L'azione sinergica dei componenti di CARBO BURNER facilita anche l'assorbimento dei grassi depositati nei tessuti adiposi, promuovendo la perdita del peso corporeo in eccesso. Principi attivi: Estratto proteico di fagiolo (Faseolamina 2250), Gymnema sylvestris E.S. titolato al 25% in acido ginnico, Cardo Mariano (silybum marianum) E.S. titolato al 2% in silimarina, Cromo, Acido lipoico.



CREATINE PURE

Conf. da 300 g	€ 17,50	€ 12,25
----------------	--------------------	---------

CREATINE PURE è un integratore di creatina contenente il 100% creatina monoidrato in polvere. CREATINE PURE contiene esclusivamente creatina monoidrato di purezza farmaceutica grado USP.



OFFERTA VALIDA FINO A FINE LUGLIO 2004

**RICHIEDI IN OMAGGIO LA GUIDA AL FITNESS
E IL CATALOGO COMPLETO ALLO 0384 256595**

VISITA il SITO

www.eurosup.com per consultare le altre offerte. Se non trovi i prodotti presso il tuo rivenditore di fiducia telefonaci e ordina direttamente.

Rivenditori a Torino

DIETA & FITNESS - Via Nizza, 43/c
DIETA & FITNESS - Via Monginevro, 86/f
DIETA & FITNESS - C.so Grosseto, 152

FAST ENERGY - Via Michele Coppino, 75
FLEX STORE - P.za Villari, 7/c
FITNESS LAB - C.so Trapani, 54/d
WELLNESS PROJET - Via Oslavia, 36





ZERO CARB ISOPURE

Le proteine isolate del siero del latte che hai sempre desiderato. Massima solubilità, massima digeribilità, massima biodisponibilità. Zero carboidrati, zero lattosio.

ZERO CARB ISOPURE

Le proteine di riferimento negli USA. Ora ad un prezzo molto interessante.



NATURE'S BEST
SPORTS NUTRITION



100% Proteine isolate del siero del latte,
ZERO Carboidrati, ZERO Grassi, ZERO Lattosio



Importatore e distributore in esclusiva in Italia della
GNS s.p.a. via Vercelli, 2 - 20139 Milano
tel. 02 76000111 - fax 02 76000112
e-mail: info@gnspow.com

**THE BEST
WHEY PROTEIN
ISOLATE IN USA**

COMPLETE
MUSCULAR
NUTRITION



Agente per il Piemonte: FOX AGENCY s.a.s - via Rieff 19/a - 10142 Torino - Tel 011-4035425

