

BENL NUMMER 187: Q4

OKTOBER
2016

TODAY

CHOLESTEROL:

uw handige gids



HERBALIFE
NUTRITION

DE
HART
EDITIE



4

Stappen
naar een
stralende
winterhuid



5921-BE_NL



De expert
onthult:

Een 15 minuten
durende workout
die het hart aan
het werk zet!



Inhoud



PAGINA **6**

CHOLESTEROL: UW HANDIGE GIDS

ALLES WAT U MOET WETEN OVER
CHOLESTEROL, INCLUSIEF RISICOFACTOREN
EN HOE ZE TE VERLAGEN.



EN ANDERE ONDERWERPEN OM OVER TE LEZEN:



HERBALIFE NIEUWS

Wat is er allemaal gebeurd binnen
Herbalife? Kom er op pagina 4 achter!
Van de wetenschap & summits tot
HFF & 20K hardloopevenementen.



TRAINING VOOR UW HART

Onze fitnessexpert onthult alles
over training en uw hart. Probeer
ook haar 15 minuten workout!



TOPSPORTERS OM IN DE GATEN TE HOUDEN

Maak kennis met de Olympische
deelnemers en door Herbalife gesponsorde
topsporters, volg ze en steun ze.



BEKIJK TODAY
MAGAZINE ONLINE OP:
HERBALIFETODAY.COM



VOLG ONS

FACEBOOK.COM/HERBALIFE
TWITTER.COM/HERBALIFEEUROPE
YOUTUBE.COM/HERBALIFE

DE VOLGENDE DIENSTEN ZIJN BESCHIKBAAR VOOR
HET PLAATSEN VAN BESTELLINGEN:

ONLINE BESTELLINGEN: be.myHerbalife.com
BESTELLING PER TELEFOON: 0800-58026



Brief



“

Door jullie inspanningen en toewijding leiden mensen over de hele wereld een gezondere en actievere levensstijl.

Beste Team Herbalife,

We zijn er trots op wat wij, en u, tot nu toe dit jaar hebben bereikt.

De Wereldgezondheidsorganisatie onthulde dat een verhoogd cholesterolgehalte een grote belasting is voor de wereldwijde gezondheidszorg^[1]. Wij ondernamen actie en ontwikkelden Beta Heart, een fantastisch product met als belangrijkste ingrediënt OatWell® haver beta-glucaan, waarvan is aangetoond dat het het bloedcholesterolgehalte verlaagt. Op de Extravaganza in Praag werd het voor de ogen van 17.000 Members gelanceerd en het wordt nu door heel EMEA op de markt gebracht.

We hebben tevens twee van onze al bestaande, populaire producten verbeterd. De vernieuwde Herbalifeline formule is nu Herbalifeline Max geworden; met kwalitatief hoogwaardigere visolie uit duurzame bron en nog meer voordelen voor de gezondheid, waaronder het bijdragen aan het normale functioneren van het hart en het behoud van een normale functie van de hersenen en een normaal zicht. Haver Appelvezel Drank beschikt nu ook over een nieuwe formule; net zo heerlijk als voorheen, maar nu suikervrij en zonder kunstmatige zoetstoffen. Deze producten worden nog niet in alle landen van EMEA tegelijk gelanceerd, dit zal geleidelijk verlopen.

Natuurlijk omvat voeding slechts één deel van de vergelijking in 2016. We vieren ook een zomer vol sportsuccessen, waarbij we de Olympische Comités van Italië en Israël hebben gesponsord, en daarnaast 21 topsporters uit EMEA die deelnamen aan de Spelen.

En dit jaar gaat er nóg meer aan komen! We bedanken al onze Members. Door jullie inspanningen en toewijding leiden gemeenschappen over de hele wereld een gezondere en actievere levensstijl.

Edi Hienrich

Senior Vice President & Managing Director,
Europa, Midden-Oosten & Afrika

^[1] Wereldgezondheidsorganisatie

FORMULA 1 FRAMBOOS EN BOSBES

**De heerlijke Formula 1
Framboos & Bosbes levert 18
g proteïne, 3 g vezels en 24
vitaminen en mineralen.**

Pagina 5 van het Q3 2016 Today Magazine bevatte een misdruk en vermeldde 23 vitamines en mineralen.



HERBALIFE NIEUWS



H.I.M. OVER DE HELE WERELD

Hoeveel weet u eigenlijk over Herbalife innovatie en productie (Herbalife innovation and manufacturing; H.I.M.)? Momenteel hebben we 5 geavanceerde faciliteiten over de hele wereld: 2 in de VS en 3 gevestigd in China. Samen hebben ze een oppervlakte van maar liefst 136.000 vierkante meter – en dan tellen we de 3 Herbalife laboratoria in Shanghai, Los Angeles en Sao Paulo nog niet eens mee! Het onderzoek, de ontwikkeling en kwaliteitscontroles die binnen deze faciliteiten plaatsvinden zijn een essentieel onderdeel van wat de Herbalife producten zo geweldig maakt. De H.I.M. in Winston-Salem kan bijvoorbeeld het ongelooflijke aantal van 16.000 bussen Formula 1 per uur produceren!



Casa HERBALIFE

Het jaar 2016 is een fantastisch jaar voor de Herbalife Family Foundation, met Members en medewerkers door heel EMEA samenwerkend om geld in te zamelen, bewustzijn te creëren en tijd door te brengen met de kinderen in onze Casa's. De verscheidenheid aan leuke activiteiten vonden plaats door de hele regio heen, waaronder een sporttoernooi en barbecue in Kroatië, een enerverende dag georganiseerd voor kinderen in een Roemeens pretpark en een presentatie van Member van de Voedingsadviesraad Pavel Kohout in Tsjechië. Het team in het Verenigd Koninkrijk had ook heel wat te vieren; zij vierden het 10-jarig bestaan van hun Casa's met een basketbaltoernooi voor kinderen. We willen alle stafleden, Members en anderen door heel EMEA bedanken dat ze hun tijd genereus wilden doorbrengen met het organiseren en bijwonen van deze evenementen! Als u ook wilt doneren of betrokken wilt zijn bij de Herbalife Family Foundation, ga dan naar www.hff.org.



CASA Herbalife

EUROPESE OBESITAS Summit 2016



Om de groeiende wereldwijde obesitasepidemie aan te pakken, heeft Herbalife in juni 2016 een panel gesponsord tijdens de Europese Obesitas Summit in Göteborg, Zweden. Het panel onderzocht hoe een stijging van obesitas, samen met een verouderende bevolking en de interesse van klanten in gezondheid en welzijn, geresulteerd heeft in een dringende behoefte aan betere aanbevelingen over voeding en de volksgezondheid. Het panel werd voorgezeten door Herbalife's Chief Health en Nutrition Officer John Agwunobi en David Heber, Voorzitter van het Herbalife Nutrition Institute. Zij bespraken de wereldwijde voedingsfilosofie om gezond verouderen te ondersteunen. Professor Carel le Roux van het University College Dublin sprak over eetlust, voorkeur voor voeding en gedrag. Tevens steunden meer dan 20 van onze Scandinavische Members het evenement.

Edi Hienrich, SVP en Managing Director, EMEA zei het volgende: "Als wereldwijd opererend voedingsbedrijf is Herbalife toegewijd om mensen over de hele wereld te leren over de voordelen van goede voeding. We zijn blij dit panel te mogen sponsoren tijdens één van de meest prestigieuze evenementen op de gezondheidskalender. Naast het ontwikkelen van begeleiding voor voedings- en fysieke activiteiten is er behoefte aan meer educatie over voeding en investeringen in de uitvoering van aanbevelingen op gemeenschapsniveau."

 **20 km**
van Brussel
29 MEI 2016

Op 29 mei 2016 was Herbalife voor het tweede jaar op rij zilveren sponsor van het jaarlijkse '20 km van Brussel' hardloopevenement. In het 3e jaar nam de toeristische route de hardlopers mee langs beroemde bezienswaardigheden en parken in Brussel. Meer dan 60 Herbalife Members namen deel aan de wedstrijd en daarnaast 40.000 enthousiaste hardlopers uit België en Europa. Het startpakket van iedere deelnemer bevatte een sample van Herbalife CR7 Drive, met extra samples die beschikbaar waren bij de start en finish. "Onze steun aan de 20 km van Brussel is één van onze belangrijkste toezeggingen aan de steun van de Europese sport," zegt Stephen van der Ven, Herbalife Regional Vice President voor Noord-West Europa. "Bij Herbalife is het onze kernfilosofie om een evenwichtige en actieve levensstijl te vergemakkelijken en bevorderen. Daarom past het van nature goed bij ons om deelnemers te helpen op hun best te kunnen presteren dit evenement."



CHOLESTEROL:

UW HANDIGE GIDS

HET RAPPORT VAN DE
WERELDGEZONDHEIDSORGANISATIE
SCHAT DAT
MEER DAN 60%
VAN DE CORONAIRE HARTZIEKTEN
IN ONTWIKKELDE LANDEN
TE WIJTEN IS AAN TOTALE
BLOEDCHOLESTEROLWAARDEN DIE
HOGER ZIJN DAN DE OPTIMALE
 $3,8 \text{ MMOL/L} = 150 \text{ MG/DL} = 1,5 \text{ G/L}^*$



"WAT IS CHOLESTEROL?"

De meeste mensen weten dat een hoog cholesterol gevaarlijk kan zijn voor hun gezondheid, maar weet u ook daadwerkelijk wat het is? Deze natuurlijke vetstof wordt in het lichaam aangemaakt door de lever en komt ook voor in voedingsmiddelen als vlees, zuivelproducten en eieren. Het zou u misschien verrassen, maar het is niet helemaal slecht!

Cholesterol speelt een vitale rol bij het vormen van cellen en de productie van vitamine D, hormonen en gal voor de spijsvertering. Een hoog bloedcholesterol kan echter ook leiden tot een verhoogde kans op een hartaanval, beroerte en het ontwikkelen van atherosclerose en andere hart- en vaatziekten. Daarom is het zo belangrijk uw waarden onder controle te houden.

ER ZIJN 2 SOORTEN:

HDL (High Density Lipoprotein) ofwel 'goed cholesterol' verwijdert overtollig cholesterol (via de lever) uit het bloed om te voorkomen dat uw aderen verstopt raken.

LDL (Low Density Lipoprotein) ofwel 'slecht cholesterol' is de meer schadelijke soort die het cholesterol van de lever naar cellen in het lichaam vervoert. Als er te veel LDL is, kan zich dat ophopen aan de wanden van bloedvaten, waardoor ze nauwer worden (atherosclerose).

"IK LOOP GEEN RISICO OP HOOG CHOLESTEROL...TOCH?"

Het is waar dat mensen die wat ouder zijn of overgewicht hebben een hoger risico lopen op een hoog cholesterol, maar het kan ons allemaal gebeuren, onafhankelijk van gewicht of leeftijd. Zelfs als u jong bent en behoorlijk gezond kunnen levensstijlfactoren een rol spelen bij het verhogen van uw cholesterol (tot soms gevaarlijke waarden) en de kwaliteit ervan beïnvloeden, zelfs zonder dat u dat door heeft. Deze factoren zijn onder andere roken, het drinken van alcohol, een ongezond dieet (te veel transvetten en/of verzadigde vetten), niet actief zijn en een familiegeschiedenis van hartziekten.*

Er zijn geen duidelijke symptomen die horen bij een hoog cholesterol, dus een bezoek aan uw huisarts is de enige manier waarop u het zeker kunt weten. Maar een snelle blik werpen op uw levensstijl kan ook al een indicatie geven. Herkent u zich in de volgende situaties? Ze geven allemaal een risico op het ontwikkelen van een hoog bloedcholesterol en u zou moeten overwegen stappen te ondernemen om het te verlagen...

“Ik rook, maar ben een 30-jarige, actieve vrouw die goed eet – Ik realiseerde me niet dat ik mogelijk een hoog cholesterol zou kunnen hebben...”

“Ik geef toe dat ik overgewicht heb, maar heb geen obesitas en in mijn familie komen hartziekten of hoog cholesterol niet voor. Zou ik ook risico kunnen lopen?”

“Mijn vader had een hoog cholesterol, maar ik eet goed, doe regelmatig aan lichaamsbeweging en ben onder de 40 jaar oud, dus ik maak me nog geen zorgen over cholesterol.”

“Ik sport niet vaak en ik denk niet te veel na over voeding, maar ik heb geen overgewicht, dus ik denk niet dat mijn cholesterol een probleem zal zijn.”

"HOE KAN IK MIJN CHOLESTEROLWAARDEN VERLAGEN (OF HANDHAVEN)?"

1. AANPASSEN... van uw dieet

Het aanpassen van uw dieet is het eerste dat u moet doen.

Verminder uw inname van transvetten en verzadigde vetten door het eenvoudigweg vervangen van voedingsmiddelen, zoals witbrood voor volkorenbrood, bewerkt rood vlees voor vette vis en mager gevogelte en het kiezen voor noten en zaden boven kant-en-klare snacks zoals chips.

2. VERHOGEN... van de hoeveelheid lichaamsbeweging

Verhoog uw lichaamsbeweging. Door actief te zijn, helpt u bij het vermeerderen van het 'goede' cholesterol (HDL) in uw bloed, wat de beweging van vetophopingen naar de lever stimuleert en zo helpt het hart en de bloedvaten in goede conditie te houden. 150 minuten gematigd-intensieve lichaamsbeweging per week is alles wat u nodig heeft** – probeer het eens 30 minuten, 5 dagen per week!

3. STOPPEN... met roken

Naast dat het andere negatieve gezondheidseffecten heeft, verhoogt roken uw risico op het ontwikkelen van hart- en vaatziekten. Sigaretten bevatten een chemische stof die voorkomt dat 'goed' HDL-cholesterol vetophopingen naar de lever vervoert. Dat kan een verhoogd cholesterol, vernauwde aderen (atherosclerose) en een verhoogde kans op een hartaanval en beroerte betekenen.

* Wereldgezondheidsorganisatie. Wereldwijd statusrapport over niet-overdraagbare ziekten 2014.

** NHS Richtlijnen: Hoog cholesterol – preventie. Geplaatst op 16/08/2103.

VERLAAG UW CHOLESTEROL



Wat uw leeftijd ook is, uw levensstijl speelt een grote rol in uw cholesterolgehalte. Neem dus de controle over uw gezondheid met uitgebalanceerde voeding en voldoende beweging.

Beta heart® bevat het belangrijke ingrediënt **OatWell® oat beta-glucanen** – dat het bloedcholesterol bewezen verlaagt of behoudt.*

**Mix 2 lepels Beta heart® met water voor een suikervrije drank.
U kunt het ook met vruchtensap mengen of het eenmaal
per dag toevoegen aan uw favoriete Formula 1 shake.**

**Als alternatief kunt u tweemaal
per dag 1 lepel mengen.**

- 3g haver beta-glucanen helpt het bloedcholesterol verlagen* (2 lepels)
- 1,5g haver beta-glucanen helpt het bloedcholesterol behouden** (1 lepel)
- Suikervrij
- Zonder kunstmatige zoetstoffen
- Rijk aan vezels (3g per lepel)
- Bron van proteïnen
- 25kcal per lepel



*Van haver beta-glucanen is bewezen dat dit het bloedcholesterol verlaagt/vermindert. Een hoog cholesterol is een risicofactor voor de ontwikkeling van coronaire hartziekten. Beta-glucanen dragen bij aan het behoud van normale bloedcholesterolwaarden. Het voordelige effect wordt verkregen met een dagelijkse inname van 3g haver beta- glucanen. Er zijn meerdere risicofactoren voor coronaire hartziekten en het veranderen van één van deze risicofactoren kan al dan niet een gunstig effect hebben.

**Haver beta-glucanen dragen bij aan het behoud van normale bloedcholesterol levels. De claim mag enkel gebruikt worden voor voeding die minimaal 1g beta-glucanen bevat uit haver, haverzemelen, gerst en gerstzemelen of van een mix van deze bronnen per portie. Om de claim te kunnen maken zal er informatie worden gegeven aan de consument, dat het voordelige effect wordt behaald met een dagelijkse inname van 3g beta-glucanen uit haver, haverzemelen, gerst en gerstzemelen of van een mix van deze bronnen.

OatWell® is een handelsmerk van DSM.

HOE TE GENIETEN VAN BETA HEART



Het heerlijke, naar vanille-smakende Beta heart® poeder is ontwikkeld om u te helpen uw cholesterol te verlagen of op peil te houden*, maar dat betekent niet dat het niet ook een traktatie voor uw smaakpapillen mag zijn! Lees verder om de verschillende manieren te ontdekken waarop u van dit fantastische product kunt genieten...



VERFRISSEND MET WATER

Voor een heerlijke en verfrissende, drank met vanillesmaak, mengt u eenmaal per dag 2 maatscheppen Beta heart® met water of tweemaal per dag 1 maatschep met water!



GEWELDIG MET SAP

Wilt u iets fruitigers? Voeg dan 2 maatscheppen toe aan een glas sap! Of meng tweemaal per dag 1 maatschep Beta heart® met sap.



PERFECT MET EEN SHAKE

Als u uw Formula 1 shake bereidt, voeg dan eens 2 maatscheppen Beta heart® toe. U krijgt zo ongeveer 272 kcal, 20 g proteïnen, 8,5 g vezels en 3 g haver beta-glucanen binnen! Neemt u 2 shakes per dag? Voeg dan 1 maatschep Beta heart® toe per shake!

HET VOORDELIGE EFFECT WORDT VERKREGEN DOOR EEN DAGELIJKSE INNAME VAN 3G HAVER BET-GLUCAAN.

* Van haver beta-glucaan is bewezen dat dit het bloedcholesterol verlaagt/vermindert. Een hoog cholesterol is een risicofactor voor de ontwikkeling van coronaire hartziekten. Beta-glucanen dragen bij aan het behoud van normale bloedcholesterolwaarden. Er zijn meerdere risicofactoren voor coronaire hartziekte en het veranderen van één van deze risicofactoren kan al dan niet een gunstig effect hebben.

HOEVEEL WEET U OVER LICHAAMSBEWEGING & UW HART?

Er wordt op dagelijkse basis gepraat over de ontelbare redenen om aan lichaamsbeweging te doen en te gaan bewegen, maar vaak richten we ons puur op de resultaten die we met eigen ogen kunnen zien, zoals vermindering van lichaamsvet, verhoogde spiernmassa of verbeterde kleur van de huid. Wat de meeste mensen zich niet realiseren, is dat de onopgemerkte voordelen het meest belangrijk zijn en helpen de gezondheid te verbeteren of in stand te houden op een manier die we niet eens kennen. We zijn gaan zitten met fitnessexpert en voormalig wedstrijdsprinter Samantha Clayton om meer te weten te komen over hoe actief zijn een positief effect kan hebben op ons hart en andere aspecten van onze gezondheid.

“Op regelmatige basis aan lichaamsbeweging doen heeft zo veel voordelen voor de gezondheid,” zegt Samantha.

“Naar mijn mening zijn de positieve effecten van lichaamsbeweging die niet met het blote oog kunnen worden waargenomen het belangrijkste.”

“Dat zijn onder andere een verbeterd functioneren van het hart, verbeterde spierkracht, verbeterde beweeglijkheid en een algeheel fit gevoel. Ondanks dat u deze voordelen niet letterlijk kunt zien om ze te kunnen waarderen, is het goede nieuws dat u ze kunt voelen, vooral de voordelen voor de gezondheid van het hart.”

Als u zich enkele weken heeft gericht op een cardiovasculair fitnessprogramma, dan zou u moeten beginnen te merken dat de oefeningen gemakkelijker worden en u minder snel buiten adem raakt bij alledaagse dingen. “Cardiorespiratoire oefening (ook wel bekend als cardio) is de term die gebruikt wordt voor oefeningen die gerelateerd zijn aan het trainen van uw hart en bloedsomloop,” legt Samantha uit. “Dit systeem moet de hele dag door, dag in dag uit werken om ons in leven te houden”.

“Aangezien uw hart een spier is en oefeningen helpen de capaciteit van uw hart om bloed rond te pompen te verbeteren, kan cardiotraining ook wel hartversterkende training genoemd worden.”

Iets verder in detail tredend vervolgt ze: “Het hart slaat gemiddeld 100.000 keer per dag en stuurt daarbij 7.500 liter bloed door het lichaam. Iedere keer dat u uw hartslag verhoogt tijdens langdurige cardiotrainingen moet uw hart het bloed sneller rondpompen. Als u dat op regelmatige basis doet, dan helpt dat u uw hart efficiënter bloed te laten rondpompen, wat betekent dat het spoedig daarna minder hard zal hoeven te pompen om de lichamelijke functies tijdens rust te ondersteunen, wat u een lagere rusthartslag geeft.”

Als u wilt profiteren van de gezondheidsvoordelen van het regelmatig uitvoeren van cardiovasculaire activiteiten, dan beveelt Samantha aan om deze 3-5 dagen per week in te passen. Trainingen die cardiovasculaire verbetering bevorderen zijn lopen, hardlopen, fietsen, dansen en zwemmen, of iedere andere activiteit waarvan u buiten adem raakt, zoals Samantha's 10-minuten cardioblast op de volgende pagina! Waarom probeert u dat niet eens? ■



EXPERTPROFIEL

NAAM
SAMANTHA CLAYTON

AFAA, ISSA; SENIOR
DIRECTOR, WORLDWIDE
FITNESS EDUCATION,
HERBALIFE.

WORKOUTTYPE: CARDIO (MET OF ZONDER GEWICHTEN)

VEREISTE TIJD: 10 MIN (MINIMAAL) AANBEVOLEN HERHALINGEN: 2 OF 3

1 PRE-CARDIO WARMING-UP

“Begin met een dynamische warming-up van twee minuten om uw lichaam voorzichtig los te maken en uw hartslag langzaam te laten stijgen.” Zoek naar ‘Warm Up Fit Tips’ op het Herbalife YouTube kanaal voor video’s & advies.

2 8 MINUTEN VETVERBRANDING

“Vergeet niet alle oefeningen gedurende 30 seconden te herhalen, en het programma twee keer door te lopen – eenmaal zonder gewichten en eenmaal met. Heb plezier en wees creatief – als u deze routine eenmaal onder controle heeft, dan kunt u extra oefeningen doen om uw workout vernieuwend te houden.”

3 POST-CARDIO STRETCH

Dit is net zo belangrijk als de workout zelf! Bekijk Samantha Clayton's video's op het Herbalife YouTube kanaal voor hulp of ideeën.



1. OP DE PLAATS
MARCHEREN MET
OPGETROKKEN
KNEIËN



2. ONDIEPE SQUAT
MET DE ARMEN
NAAR VOREN
OPGEHEVEN



3. OP DE
PLAATS JOGGEN
(GEMIDDELD TOT
SNEL TEMPO)



4. DIEPE
SQUATS MET
SCHOUDE
PRESS



5. JUMPING
JACKS



6. SIDE JUMPS
(SPRING VAN DE
ENE NAAR DE
ANDERE KANT)

Hoe uit te voeren: ga staan met de voeten op schouderbreedte uit elkaar. Zak tot een diepe squat, houd gedurende 2 sec vast en ga krachtig weer staan, waarbij u de armen (met of zonder gewichten) recht omhoog drukt. Laat de armen zakken en herhaal.

Hoe uit te voeren: ga staan met de voeten achter elkaar, buig de knieën en zak in, houd vast en strek vervolgens de benen om omhoog te komen. Hef de armen zijwaarts op wanneer u op het laagste punt bent. Doe de oefening 30 sec met het ene been voor en wissel dan.



7. SPLIT
SQUAT MET
ZIJWAARTS
OPGEHEVEN
ARMEN



8. BURPEES



HEEFT U HULP NODIG BIJ HET UITVOEREN VAN EEN SPECIFIEKE OEFENING?
BEKIJK DE FITTIPVIDEO'S OP HET HERBALIFE YOUTUBE KANAAL.

DE SPORTKLEDING

DIE U DIT SEIZOEN NODIG HEEFT

Geef uw collectie trainingskleding een prestatiegerichte verfrissing met de collecties activewear van Nike en Herbalife24. Met kleding voor elke sport, ieder weertype en iedere trend is dit de collectie die u nodig heeft om gemotiveerd te worden uw nieuwe Level 10 te behalen.



CR7 DRIVE BUS
SKU 1466



DAMES NIKE
TROPHY TOP
SKU B225
tot B228

DAMESTANK
BALANCE
SKU Y574
tot Y577

Waarom trainen in Herbalife kleding?

Trek aandacht, begin
gesprekken en help
uw business en Fit
Club te promoten!

DAMES NIKE DF
CAPRI SKU B217
tot B220



ORANJE NEON
SHAKER SKU I043



H24 BIDON 750
ML SKU 8710



DAMES
DISCOVERY
SWEATSHIRT
BLUE SKU T529
tot T532



DAMES PRANA
CAPRI SKU
T517 tot T520



HEREN NIKE
KATOENEN T-SHIRT
SKU Y615 tot Y618

HEREN
DESTINY POLO
SKU Y590
tot Y593



PAARSE
NEON
SHAKER
SKU I045

Bekijk de volledige
collectie nu op
MyHerbalife.com!

DE WORKOUTS VAN 2016

Heeft u als doel gesteld om in 2016 actiever te zijn? Misschien wilde u uw spiermassa wel vergroten of een trainingsschema volgen?

In het eerste nummer van het jaar vertelden we u over drie workouts om eens te proberen. Heeft u ons advies gevolgd? Zo niet, dan is er nog steeds tijd voor! Het ontdekken van de soort oefening die u leuk vindt of die u samen met een vriend kunt doen zorgt ervoor dat de kans groter is dat u deze ook blijft doen. De drie workouts hieronder zijn leuk, effectief en geschikt voor iedereen, onafhankelijk van uw fitheidsniveau. Als u dat nog niet heeft gedaan, is het nu tijd uw innerlijke ballerina, bokser of wielrenner los te laten!

GA NAAR DE BARRE

Wat? "Deze trainingstijl bestaat uit traditionele moves die aangepast zijn zodat ze geschikt zijn voor ieder niveau," legt fitnessexpert Samantha Clayton uit. "Een balletbarre wordt gebruikt om u te helpen balanceren terwijl u isometrische krachtoefeningen uitvoert (uw lichaam stil houden terwijl u een specifieke set spieren aanspant), gecombineerd met een hoog aantal herhalingen van bewegingen waarbij u slechts een korte beweging maakt."

Waarom? De elegantie, het evenwicht en de lange, slanke benen van de lichaamsbouw van een danser! Tijdens barrelessen worden voorzichtige krachtoefeningen (door gebruik te maken van het lichaamsgewicht) gecombineerd met flexibiliteit en coördinatie. De langzame, doelbewuste bewegingen helpen de spieren onder controle te houden en te zorgen voor stabiliteit van je core.

SPRING OP DE FIETS

Wat? Kies voor een stationaire fiets thuis of in de sportschool, of probeer eens een spinningles (vaak zeer energiek met harde muziek en een duidelijke 'fun factor'). Of stap op de fiets en neem de kans de omgeving te verkennen of neem de fiets voor uw dagelijkse woon-werkverkeer.

Waarom? Deze oefening met lage impact kan precies op uw fitnessdoelen en interesses aangepast worden. Het is geweldig om calorieën te verbranden, spieren op te bouwen, het uithoudingsvermogen uit te dagen en de algehele conditie te verbeteren.

VERSLA DE BOKSER

Wat? Met bewegingen die de vetverbranding bevorderen en de armen, benen en dijen gespierder maken, is boksen een workout voor het hele lichaam. Als u de moves eenmaal doorheeft, kunt u het overal doen, op ieder moment. U kunt Samantha's gids met haar favoriete boksmoves, hoe deze uit te voeren en de voordelen van deze workout vinden door naar de pagina's over Evenwichtig Leven te gaan op www.Herbalife.com.

Waarom? Boksen verbrandt calorieën, verlicht stress en helpt sterke spieren en een magere lichaamsbouw vorm te geven. "Boksen is goed omdat u uw cardiorespiratoire systeem daadwerkelijk kunt testen, kracht kunt opbouwen en uw coördinatie kunt verbeteren. En dat allemaal tegelijk," zegt Clayton. ■



**BLIJF VAN BRANDSTOF VOORZIEN
MET HERBALIFE24, ONAFHANKELIJK
VAN HET TYPE WORKOUT**

Herbalife biedt de
Gold Standard in
klantenbescherming.



Garanties van de Gold Standard

LAGE OPSTARTKOSTEN

- Er is geen verplichting tot een minimum aan aankopen en er zijn lage kosten voor het Herbalife Member Pack.
- Er is geen verplichting om verkoop- en business tools te kopen om op te starten of succes te hebben in uw Herbalife Membership.

GELD-TERUG-GARANTIE

- Er is een volledig terugbetaalbare, 90-dagen-geld-terug-garantie voor de kosten van het Herbalife Member Pack als het Membership is geannuleerd om welke reden dan ook.
- Er is een 100% terugbetalingsgarantie op producten, voor alle niet-verkochte producten die aangeschaft zijn in de 12 maanden voordat het Membership om welke reden dan ook geannuleerd is.

VAN TEVOREN INFORMATIE OVER DE ZAKELIJKE MOGELIJKHEID

- In onze Verklaring over gemiddelde brutovergoedingen bieden we heldere, nauwkeurige en tijdige informatievoorziening aan potentiële Members betreffende potentieel inkomen.

SCHRIFTELIJKE BEVESTIGING

- We vereisen van een nieuwe Member dat deze schriftelijk bevestigt op de hoogte te zijn van de garanties van deze Gold Standard voordat hun Membership Aanvraag en Verklaring wordt geaccepteerd.

STERKE CLAIMRICHTLIJNEN VOOR PRODUCTEN EN DE ZAKELIJKE MOGELIJKHEID

- We definiëren duidelijk de voordelen van ieder product en de juiste manier van gebruik op het etiket van het product, zodat het product op de juiste manier wordt ingenomen om de beste resultaten te bereiken.
- Goedgekeurde productclaims en productinformatie kunnen ook gevonden worden in de productbrochure in het Herbalife Member Pack, in andere officiële literatuur en op MyHerbalife.com.
- We bieden realistische verwachtingen over de zakelijke mogelijkheid en de inspanningen die vereist zijn om succes te hebben op ieder niveau.

Herbalife en onze Members zijn toegewijd aan de hoogste standaarden voor ethisch gedrag. Als u op de hoogte bent of raakt van niet-goedgekeurde claims gerelateerd aan Herbalife-producten, voorstellingen gerelateerd aan de inkomensmogelijkheid die niet in lijn zijn met Herbalife's Verklaring van de gemiddelde brutovergoeding of ander twijfelachtig gedrag van een andere Member, neem dan contact op met Member Services.

Door samen te werken, kunnen we ervoor zorgen dat Herbalife de Gold Standard stelt in consumentenbescherming.

DE TOPSPORTERS OM IN DE GATEN TE HOUDEN

Van gymnasten tot zwemmers, van schermers tot gewichtheffers – de Herbalife EMEA gesponsorde topsporters zijn een uitzonderlijke groep van sportmannen en -vrouwen. Ze namen deel aan de Rio 2016 Olympische Spelen en zijn bezig een glansrijke carrière op te bouwen. Toon hen uw steun, volg hen op de sociale media en kijk uit naar hen tijdens hun volgende evenement!



NILE WILSON
DOOR HERBALIFE
GESPONSORDE GYMNAST,
VERENIGD KONINKRIJK

**“NILE’S REIS BEGON TIJDENS EEN
GYMLES DIE IEDERE ZATERDAG
PLAATSVOND, EEN UUR LANG.
DE REST IS GESCHIEDENIS.”**

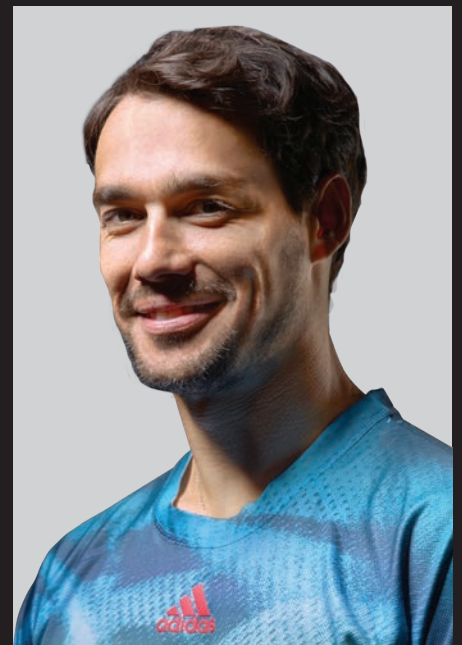
**“OP DE JONGE LEEFTIJD VAN 4 HIELD
FABIO ZIJN RACKET AL VAST EN
DROOMDE HIJ VAN GRAND SLAMS.”**

FABIO FOGNINI
DOOR HERBALIFE GESPONSORDE
TENNISSEER, ITALIË

RACHELE BRUNI
DOOR HERBALIFE
GESPONSORDE
ZWEMSTER, ITALIË



**“VAN JONGS
AF AAN WIST
RACHELE DAT
ZWEMMEN
HAAR LEVEN
ZOU ZIJN.”**



**“SNELHEID,
IMPULS EN
VASTBERADENHEID
HEBBEN
ARIANNA'S REIS
BEPAALD.”**

**ARIANNA
ERRIGO**
DOOR
HERBALIFE
GESPONSORDE
SCHERMSTER,
ITALIË



REBEKAH TILER
DOOR HERBALIFE
GESPONSORDE
GEWICHTHEFSTER,
VERENIGD KONINKRIJK

**“TOEN ZE
PAS 14 WAS,
VESTIGDE
REBEKAH
AL NIEUWE
EUROPESE
RECORDS EN
WON ZE GOUD.”**



**“MARIOS BEGON
ZIJN REIS OP
4-JARIGE LEEFTIJD;
GROOTSHEID KWAM
AL SNEL DAARNA.”**

**MARIOS
GEORGIU**
DOOR HERBALIFE
GESPONSORDE
GYMNAST, CYPRUS



WILL SMITH
DOOR HERBALIFE
GESPONSORDE
ROLSTOELSPORTER,
VERENIGD
KONINKRIJK

*Will Smith
narrowly
missed out
on competing
in Rio, but is
training hard for
his next event
and is sure to
make Team GB
proud!*



**“OP SLECHTS
17-JARIGE LEEFTIJD
NAM WILL DEEL
AAN ZIJN EERSTE
INTERNATIONALE
PARALYMPIC
COMMITTEE
GRAND PRIX.”**



STAPPEN NAAR EEN MOOIE, GEZOND UITZIENDE HUID DEZE WINTER



Het koude weer is aangebroken en komt uw huid uitdagen. Tijdens deze koudere maanden, met centrale verwarming die de huid uitdroogt en ijskoude temperaturen buiten, hebben velen van ons een beetje extra hulp nodig bij het verzorgen van hun huid. Hier delen we 4 eenvoudige stappen om uw huid er stralend uit te laten zien en om u zich geweldig te laten voelen, de hele winter lang!

VERRIJKT MET MEER DAN 15 VITAMINEN EN BOTANISCHE INGREDIËNTEN IS DE LIJN VAN HERBALIFE SKIN IDEAAL VOOR UW HUID OM TE STRIJDEN TEGEN HET WINTERWEER.



SKU 0774



SKU 0770

SKU 0830



SKU 0827

STAP 3 DOELGERICHT BEHANDELEN

MET VERSTEVIGENDE
OOGGEL OF VERZACHTENDE
HYDRATERENDE OOGCRÈME

STAP 4 HYDRATEREN

MET DAGELIJKSE
GLOW MOISTURISER
EN HERSTELLENDENDE
NACHTCRÈME



SKU 0867

HELP UW KLANTEN VERLIEFD TE WORDEN
OP HERBALIFE SKIN EN ZIE RESULTATEN
MET ONZE 7-DAGEN-RESULTAAT-KIT!

LEES MEER OP HERBALIFESKIN.COM

VERHOOG UW DAGELIJKSE VEZELINNAME ALS ONDERDEEL VAN EEN GEZONDE ACTIEVE LEVENSTIJL*

NIEUWE HAVER APPELVEZEL

EEN SUIKERVRIJE** BRON VAN DAGELIJKSE VEZELS

SUIKERVRIJ**

SKU #2554



WIST U DAT?

VOLWASSENEN WORDT
AANBEVOLEN TEN MINSTE
25G VEZELS PER DAG TE
CONSUMEREN.***

*** EFSA Panel on Dietetic Products,
Nutrition, and Allergies (NDA),
EFSA Journal 2010; 8(3): 1462.

5g

VEZELS PER
PORTIE

18KCAL
PER PORTIE

ZONDER
KUNSTMATIGE
ZOETSTOFFEN

6 NATUURLIJKE VEZELBRONNEN

CITRUS



CHICOREI



APPEL



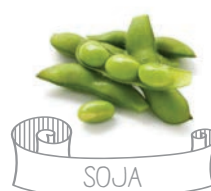
MAÏS



HAVER



SOJA





Beste Herbalife Members,

Het is met heel veel enthousiasme dat ik mijn eerste stappen zet in dit spannende Herbalife avontuur. Waarbij ik volop wens mee te werken om onze Herbalife regio blijvend op de kaart te zetten, zowel binnen de ruimere Herbalife community als daarbuiten.

Op korte tijd heb ik al het geluk gehad velen onder jullie te ontmoeten en dit bleek telkens enorm waardevol te zijn, zowel professioneel als verrijkend voor mezelf als individu.

Jullie enthousiasme, team spirit en streven naar een actieve, gezonde levensstijl heeft me doen besluiten deel te willen uitmaken van de Herbalife gemeenschap.

We zijn juist terug van een wervelende Extravaganza! Het was mijn eerste keer en ik was compleet verbluft door de energie en het enthousiasme van Herbalife EMEA!

Er is een geweldig nieuw product gelanceerd; Beta Heart. Met dit kwalitatieve product kunt u een heel nieuwe doelgroep benaderen. In de hartgids van deze editie, leest u wat cholesterol precies is en hoe Beta Heart kan helpen om dit te verlagen.

Het lijkt nog ver weg, maar de feestdagen breken sneller aan dan u beseft. Denk vast eens rustig na, met een kop Instant Theedrank erbij, over eindejaarscadeaus- of een kerstpakkettenactie voor uw klanten of voor bedrijven in de buurt.

Kobe Vanhaecke

Country Director Netherlands,
Belgium and Malta





GEFELICITEERD MET HET BEHALEN VAN President's Team 20K

LUDMILA LEMBERSKAYA,
ISRAËL



*“Het is niet belangrijk
waar we op dit
moment staan, het is
belangrijk waar we in de
toekomst kunnen zijn.”*

*Herbalife Oprichter & Eerste Member,
Mark Hughes, 1956-2000*

In de vroege jaren '90 verhuisde mijn gezin van Moskou naar Israël om daar een nieuw leven te beginnen. We leerden de taal en probeerden geld te verdienen. Ik was afgestudeerd aan het Geological Institute en was ingenieur-econoom van beroep, maar aangezien we geen Hebreeuws spraken, hadden we geluk als we appartementen of autoruiten konden schoonmaken. Om succesvol te kunnen worden moesten we ons herscholen. Ik deed een cursus economie, terwijl Alexander een opleiding volgde om leraar natuurkunde op een lokale school te worden. Helaas creëerden onze banen niet de toekomst die we voor ogen hadden. Maar op dat moment ontdekten we Herbalife. Ik verloor gewicht* met de Herbalife voeding en zag dat een kennis zijn Herbalife business opbouwde. We schreven ons in als Members en namen deel aan een evenement met Mark Hughes (1956-2000), waar we erachter kwamen dat dit de kans was om ons leven te veranderen.

We werkten hard! In januari 1995 kwalificeerden we ons voor President's Team**. Dankzij Herbalife bezochten we veel bijzondere steden en genoten we van vakanties op exotische en prachtige locaties. Op evenementen van Herbalife ontmoet je vrienden, geniet je van het succes van anderen en ontvang je uitstekende training om te verbeteren en nieuwe statussen te bereiken.

Tijdens deze 23 jaar zijn er veel ups en downs geweest, maar altijd herstelden we dankzij het geduld van onze organisatie en het harde werken. Het model van de Nutrition Club werd een grote steun voor onze business. De wegen van Alexander en mij scheidden om onze business alleen te voeren en de levens te leiden die we wilden leiden. Op dit moment ben ik blij dat ik twee nieuwe pins heb – President's Team 20K en 1 Million Lifetime Achievement. Ik ben ontzettend trots op onze organisatie en Sponsors voor hun werk en op mijn gezin voor de steun. Mijn eerste klanten waren mijn schoonmoeder en schoonvader, die nu respectievelijk 88 en 91 jaar oud zijn, en daarnaast waren dat vrienden en hun gezin. Het is nu mijn doel het volgende niveau te halen, door te gaan met het promoten van uitgebalanceerde voeding en een actieve levensstijl!



Inkomsten zijn van toepassing op het beschreven individu (of voorbeeld) en zijn geen gemiddelden. Ga naar de Verklaring voor de gemiddelde brutovergoeding betaald door Herbalife op Herbalife.nl en MyHerbalife.com voor gegevens over gemiddelde financiële prestaties. Het kost een aanzienlijke hoeveelheid tijd om een significant winstgevend business op te bouwen, om de verdiensten te bereiken die hier beschreven zijn en, als de Onafhankelijk Herbalife Member gekozen heeft om dat te doen, om andere Members te sponsoren, trainen en steunen en daarbij commissies en bonussen te verdienen die bijdragen aan zulke verdiensten. Alle beweringen betreffende gewichtsbeheersing hebben betrekking op het gewichtsbeheersingsprogramma van Herbalife, waaronder, met inbegrip van andere zaken, een uitgebalanceerd dieet, regelmatige lichaamsbeweging, de dagelijkse inname van de noodzakelijke hoeveelheid vloeistof, het gebruik van voedingssupplementen, indien noodzakelijk, en voldoende rust. Alle resultaten zijn van toepassing op het individu en kunnen verschillen.



GEFELICITEERD MET HET BEHALEN VAN President's Team 20K

PATRICK DEGROOTE &
INGE DE GEEST, BELGIË



Als eerste willen we ons team feliciteren. Deze prestatie is meer een beloning voor hen dan dat het er een voor ons is. We groeiden binnen 2 jaar van Millionaire Team tot President's Team 20K dankzij de 13-jarige basis en het groeiende succes in België.

Vanaf het begin was het onze focus om breed en diep te bouwen. Door te focussen op promoties als de 1 Million Lifetime Achievement zorgden we ervoor dat we onze business konden blijven opbouwen gedurende moeilijke tijden. Dankzij de ASP Kwalificatie en de Vakantie Star Kwalificatie zijn we in staat gesteld om onze organisatie ook diep op te bouwen. Toen we eenmaal een businessmodel hadden gevonden waar we helemaal achter stonden, groeide onze organisatie sneller en werd hij stabiel.

Voor ons is het ontzettend belangrijk plezier te hebben met ons team en te werken in een gemeenschap. Alles binnen ons team wat we doen is LEUK, alles wat we met klanten doen is EENVOUDIG en het resultaat is MAGISCH. Daardoor ontstaat er op een natuurlijke manier een jong en dynamisch team met een geweldig groeipotentieel.

Als resultaat van deze focus kwalificeerden we ons voor de 5 Star tijdens de Vakantie dit jaar en zullen we dit jaar 4 nieuwe GET Team, 4 nieuwe GET 2500 RO en 2 nieuwe Millionaire Team Members verwelkomen.

Het bereiken van President's Team 20K betekent een nog grotere vrijheid voor ons. We tonen onze dankbaarheid dat we samen zo veel hebben kunnen bereiken. We streven ernaar ons team te helpen het hoogste niveau te behalen en onze vriendschapsbanden met collega-Members thuis en in het buitenland te versterken. Ons advies: focus op de toekomst, blijf niet hangen in het verleden. Goede dingen kunnen gebeuren.

EMILIA & BERNARD
WAISBEIN, ISRAËL



Het is nogal ongelooflijk dat het al 25 jaar geleden is! We emigreerden op latere leeftijd naar Israël; ik was leraar voedingsmicrobiologie en mijn man was elektrotechnisch ingenieur. Onze vooruitzichten in het nieuwe land waren niet goed. We maakten huizen schoon, plukten sinaasappels en verdienden een laag loon. En dat zonder de hoop dat dingen zouden verbeteren.

Het was ons geluk dat onze jongste kind, Leon, thuiskwam met producten van Herbalife. Onder zijn strenge toezicht namen we evenwichtiger voeding tot ons en verloren we wat gewicht. We begonnen in de toekomst te geloven, schreven ons in als Members en begonnen met grootse toewijding te werken. Op dat moment hadden we niet verwacht dat ons leven zo erg zou veranderen, dat we zelfstandig zouden worden, succesvolle en gelukkige mensen.

Nadat we in de problemen waren gekomen, realiseerden we ons dat we hard zouden moeten werken om succes te hebben. We hadden genoeg geluk om intelligente, creatieve en hardwerkende mensen tegen te komen die ons hielpen de zaken aan het rollen te krijgen!

Op dit moment bestaat onze organisatie uit Millionaire Team, President's Team en een Chairman's Club, Lana Goldenblank en Oleg Neshto! We zijn trots op onze leiders en bewonderen onze Members in de Russisch sprekende markt. Onder moeilijke omstandigheden en in een nieuw veld van activiteiten hebben zij zichzelf opnieuw opgebouwd, hun vaardigheden ontwikkeld en anderen geleerd hoe ze succes konden hebben! Hun doorzettingsvermogen kent geen grenzen!

Speciale dank gaat uit naar onze liefste, strenge mentor, Leon Waisbein, voor de gelukkige veranderingen in onze levens.

Inkomsten zijn van toepassing op het beschreven individu (of voorbeeld) en zijn geen gemiddelden. Ga naar de Verklaring voor de gemiddelde brutovergoeding betaald door Herbalife op Herbalife.nl en MyHerbalife.com voor gegevens over gemiddelde financiële prestaties. Het kost een aanzienlijke hoeveelheid tijd om een significant winstgevend business op te bouwen, om de verdiensten te bereiken die hier beschreven zijn en, als de Onafhankelijk Herbalife Member gekozen heeft om dat te doen, om andere Members te sponsoren, trainen en steunen en daarbij commissies en bonussen te verdienen die bijdragen aan zulke verdiensten. Alle beweringen betreffende gewichtsbeheersing hebben betrekking op het gewichtsbeheersingsprogramma van Herbalife, waaronder, met inbegrip van andere zaken, een uitgebalanceerd dieet, regelmatige lichaamsbeweging, de dagelijkse inname van de noodzakelijke hoeveelheid vloeistof, het gebruik van voedingssupplementen, indien noodzakelijk, en voldoende rust. Alle resultaten zijn van toepassing op het individu en kunnen verschillen.



GEFELICITEERD MET HET BEHALEN VAN President's Team 15K

NAILYA PALATOVA,
RUSLAND



Ik ben bouwkundige van beroep en werkte in een bouwbedrijf. Daar verdiende ik echter niet voldoende en ik wilde meer bereiken. Mijn man en ik leerden Herbalife 21 jaar geleden kennen via onze vriend Rinat Nigmatzyanov. Eerst waren we sceptisch, maar binnen enkele maanden had iedereen binnen ons gezin gewicht verloren dankzij de Herbalife voeding. We begonnen met andere mensen over Herbalife te praten en kregen zodoende klanten. Na onze eerste Supervisors School in Moskou besloten we om serieus onze Herbalife business op te gaan bouwen.

Door hard te werken en regelmatig af te spreken met onze klanten kwalificeerden we ons voor GET Team. Maar in de moeilijke periode van 1998 moesten we onze organisatie opnieuw opbouwen. Het kwam geen moment in ons op om de business te verlaten – we hielden van de producten!

Zes jaar geleden adviseerde mijn upline sponsor Edward Reimchen me een Nutrition Club te openen. Het duurde niet lang of anderen binnen mijn organisatie openden Nutrition Clubs – ons werk werd leuker en efficiënter! Momenteel heeft mijn organisatie 6 Millionaire Team, 28 GET Team, 142 World Team, meer dan 700 Supervisors en 100+ Nutrition Clubs! Ik ben blij dat ik de levens van mensen op een goede manier zie veranderen en dat mijn Members financieel onafhankelijk worden!

Onze levensstijl is enorm veranderd; we verwierven nieuwe vaardigheden en veranderden mijn filosofie en houding tegenover het leven! Ik toon mijn dankbaarheid aan mijn geweldige Sponsors Rinat Nigmatzyanov, Ramziya Fazleeva, Alexandra Marina en Eduard en Alfiya Reimchen voor hun constante steun. Heel veel dank gaat uit naar mijn organisatie voor het goede samenwerken en de continue groei. Bedankt Herbalife!

NOELIA IGLESIAS
ESCÁMEZ, SPANJE



Ik ontdekte Herbalife toen ik niet gelukkig was met mijn baan. Ik was pas 22 jaar oud, maar had al meer dan 25 verschillende banen gehad, waarvan de laatste in het leger. Ik was op zoek naar iets dat mijn leven invulling zou geven.

Op dat moment kwam Herbalife om de hoek. Een vriend liet me kennismaken met de business en legde het Marketingplan uit op een servetje. Ik begreep er niet al te veel van, maar besloot om het te gaan proberen. En drie maanden later werd ik op een STS verliefd op het bedrijf en alles wat ermee te maken had.

In het begin was het niet gemakkelijk, want ik was verlegen en had economische problemen, maar door naar evenementen te gaan kon ik mijn obstakels overwinnen. Door naar het verleden van mijn collega's te luisteren en de manier waarop zij uitdagingen waren aangegaan, vond ik de energie om door te gaan. In mijn organisatie probeer ik mijn Members te leiden met de ethiek om hen te helpen hun eigen uitdagingen te overwinnen.

Ik heb President's Team behaald dankzij: 2 Millionaire Team, 8 GET, 72 WT en 160 Supervisors in de eerste drie niveaus. Via deze weg heb ik kunnen genieten van de twee belangrijkste dingen in mijn leven. Het ene is mijn zoon, die me iedere dag weer inspireert, en het andere is Herbalife, wat nog steeds mijn grootste hobby is. Zelfs na 13 jaar geeft het me nog steeds een fantastische levensstijl.

Ik wil mijn Sponsor danken voor het geven van de mogelijkheden, en mijn downline en alle leiders voor het tonen van de juiste weg om te bewandelen. Speciale dank gaat uit naar Mark Hughes en Jim Rohn: zonder hen zou dit nooit mogelijk zijn geweest. Het behalen van deze pin was moeilijk, maar het is een ervaring geweest vol met goede momenten.

Inkomsten zijn van toepassing op het beschreven individu (of voorbeeld) en zijn geen gemiddelden. Ga naar de Verklaring voor de gemiddelde brutovergoeding betaald door Herbalife op Herbalife.nl en MyHerbalife.com voor gegevens over gemiddelde financiële prestaties. Het kost een aanzienlijke hoeveelheid tijd om een significant winstgevend business op te bouwen, om de verdiensten te bereiken die hier beschreven zijn en, als de Onafhankelijk Herbalife Member gekozen heeft om dat te doen, om andere Members te sponsoren, trainen en steunen en daarbij commissies en bonussen te verdienen die bijdragen aan zulke verdiensten. Alle beweringen betreffende gewichtsbeheersing hebben betrekking op het gewichtsbeheersingsprogramma van Herbalife, waaronder, met inbegrip van andere zaken, een uitgebalanceerd dieet, regelmatige lichaamsbeweging, de dagelijkse inname van de noodzakelijke hoeveelheid vloeistof, het gebruik van voedingssupplementen, indien noodzakelijk, en voldoende rust. Alle resultaten zijn van toepassing op het individu en kunnen verschillen.



GEFELICITEERD

Nieuwe President's Team



ZHANNA SHALUNOVA

Land: Rusland

Jaren In Herbalife: 23

Voormalig beroep: Rechercheur

Methoden: Nutrition Clubs

QUENTIN RIVOIRE

Land: Frankrijk

Jaren In Herbalife: 4

Voormalig beroep: Student economie

Methoden: Fit challenges, klantambassadeur, sociale netwerken, welzijnsevaluatie



KARINE ASATRYAN

Land: Kazachstan

Jaren In Herbalife: 19

Voormalig beroep: Karine is afgestudeerd in rechten. Eerst had ze een klein naaiatelier, daarna werd ze een kleine handelaar die veel naar het buitenland reisde en goederen mee terugnam voor de verkoop.

Methoden: Nutrition Clubs



ŞULE FENKLI

Land: Turkije

Jaren In Herbalife: 14

Voormalig beroep: Accountant

Methoden: Nutrition Clubs



ABDULLAH KARAMAN

Land: Turkije

Jaren In Herbalife: 14

Voormalig beroep: Leraar basisschool

Methoden: Ambassadeurprogramma en Gebruik, Draag, Praat



Inkomsten zijn van toepassing op het beschreven individu (of voorbeeld) en zijn geen gemiddelden. Ga naar de Verklaring voor de gemiddelde brutovergoeding betaald door Herbalife op Herbalife.nl en MyHerbalife.com voor gegevens over gemiddelde financiële prestaties. Het kost een aanzienlijke hoeveelheid tijd om een significant winstgevend business op te bouwen, om de verdiensten te bereiken die hier beschreven zijn en, als de Onafhankelijk Herbalife Member gekozen heeft om dat te doen, om andere Members te sponsoren, trainen en steunen en daarbij commissies en bonussen te verdienen die bijdragen aan zulke verdiensten. Alle beweringen betreffende gewichtsbeheersing hebben betrekking op het gewichtsbeheersingsprogramma van Herbalife, waaronder, met inbegrip van andere zaken, een uitgebalanceerd dieet, regelmatige lichaamsbeweging, de dagelijkse inname van de noodzakelijke hoeveelheid vloeistof, het gebruik van voedingssupplementen, indien noodzakelijk, en voldoende rust. Alle resultaten zijn van toepassing op het individu en kunnen verschillen.



GEFELICITEERD

Nieuwe President's Team



PATRIZIA PANDOLFO &
DANIELE GREGGIO

Land: Italië

Jaren In Herbalife: 18

Voormalig beroep: Patrizia was secretaresse bij een bedrijf; Daniele was partner in een marketingbedrijf

Methoden: Welzijnsevaluaties, Nutrition Club Seminar, Coach Trainings, Skin Parties.

BORIS & TATYANA SUROVTSEV

Land: Rusland

Jaren In Herbalife: 22

Voormalig beroep: Boris en Tatyana waren beiden geoloog

Methoden: Nutrition Clubs



CORRADO BASILICO

Land: Italië

Jaren In Herbalife: 16

Voormalig beroep: Student

Methoden: Gebruik, Draag, Praat, HOM, STS, Academy, SP school, TAB school per niveau, sociale media, locatie



SARAH-JANE & KEVIN GREEN

Land: Verenigd Koninkrijk

Jaren In Herbalife: 4

Voormalig beroep: Sarah: manager van een verhuurbedrijf;
Kevin: sportinstructeur bij de Koninklijke Marine

Methoden: Fit Clubs, 3-dagen trials, referenties,
Gebruik, Draag, Praat, Shake Parties en HOMS



STEVEN ARTMAN

Land: Zuid-Afrika

Jaren In Herbalife: 21

Voormalig beroep: Officier in de
Zuid-Afrikaanse Marine

Methoden: Gebruik, Draag, Praat en Shake Parties

Inkomsten zijn van toepassing op het beschreven individu (of voorbeeld) en zijn geen gemiddelden. Ga naar de Verklaring voor de gemiddelde brutovergoeding betaald door Herbalife op Herbalife.nl en MyHerbalife.com voor gegevens over gemiddelde financiële prestaties. Het kost een aanzienlijke hoeveelheid tijd om een significant winstgevend business op te bouwen, om de verdiensten te bereiken die hier beschreven zijn en, als de Onafhankelijk Herbalife Member gekozen heeft om dat te doen, om andere Members te sponsoren, trainen en steunen en daarbij commissies en bonussen te verdienen die bijdragen aan zulke verdiensten. Alle beweringen betreffende gewichtsbeheersing hebben betrekking op het gewichtsbeheersingsprogramma van Herbalife, waaronder, met inbegrip van andere zaken, een uitgebalanceerd dieet, regelmatige lichaamsbeweging, de dagelijkse inname van de noodzakelijke hoeveelheid vloeistof, het gebruik van voedingssupplementen, indien noodzakelijk, en voldoende rust. Alle resultaten zijn van toepassing op het individu en kunnen verschillen.

GEFELICITEERD

Nieuw gekwalificeerd MILLIONAIRE TEAM

MILLIONAIRE TEAM ANN VAN RAEPENBUSCH, BELGIË



Na jaren voor een baas gewerkt te hebben, zijn mijn echtgenoot en ikzelf in 2006 gestart met een eigen zaak. Hij de man voor de schermen, ik de vrouw achter de schermen. Maar wat als mijn partner wegvalt? Dan valt ook de eigen zaak stil. In mijn zoektocht naar zekerheid voor mijzelf is Herbalife in de zomer van 2010 op mijn pad gekomen.

Vanaf dag één ben ik consequent de producten gaan gebruiken en heb ik de trainingen/events/meetings bijgewoond teneinde mij optimaal te kunnen ontwikkelen. En dat doe ik nu op de dag van vandaag nog steeds!

In mei/juni 2013 ben ik mee in het verhaal van de klantenavonden/offices/fitclubs gestapt. Deze structuur zorgde ervoor dat ik sedert dien elk jaar een stap verder in het Herbalife marketingplan kon zetten. Momenteel werk ikzelf nog uitsluitend met fitclubs waar we mensen optimaal informeren, klanten intensief begeleiden en actieve members constant kunnen coachen. Het is een heel fijn samenwerken met collega's en concollega's.

Het Millionaire Team level is een level dat niet alleen behaald wordt, maar met een "team". Het is fantastisch te zien hoe al die medewerkers, collega's, vrienden, ... zich ontwikkelen. Niet alleen op business vlak maar ook op persoonlijk en lichamelijk vlak. Sommigen onder hen zijn al uitgegroeid tot sterke leiders, anderen zijn goed op weg. Daardoor ben ik van de eerste persoon tot de laatste persoon trots dat zij reeds zover zijn geraakt in hun ontwikkeling. Het team werkt momenteel vanuit 7 fitclubs en bestaat uit 43 Supervisors, 13 World Team, 5 Active World Team en 1 Millionaire Team.

Zonder de visie van één groot man was dit allemaal niet mogelijk geweest. Thank you Mark Hughes! Herbalife is indeed simple, fun and magical!

Inkomsten zijn van toepassing op het beschreven individu (of voorbeeld) en zijn geen gemiddelden. Ga naar de Verklaring voor de gemiddelde brutovergoeding betaald door Herbalife op Herbalife.nl en MyHerbalife.com voor gegevens over gemiddelde financiële prestaties. Het kost een aanzienlijke hoeveelheid tijd om een significant winstgevend business op te bouwen, om de verdiensten te bereiken die hier beschreven zijn en, als de Onafhankelijk Herbalife Member gekozen heeft om dat te doen, om andere Members te sponsoren, trainen en steunen en daarbij commissies en bonussen te verdienen die bijdragen aan zulke verdiensten. Alle beweringen betreffende gewichtsbeheersing hebben betrekking op het gewichtsbeheersingsprogramma van Herbalife, waaronder, met inbegrip van andere zaken, een uitgebalanceerd dieet, regelmatige lichaamsbeweging, de dagelijkse inname van de noodzakelijke hoeveelheid vloeistof, het gebruik van voedingssupplementen, indien noodzakelijk, en voldoende rust. Alle resultaten zijn van toepassing op het individu en kunnen verschillen.

NIEUW HERBALIFELINE MAX[®]

VISOLIE GEACCRIDITEERD DOOR FRIEND OF THE SEA

De oceanen zijn 's wereld's grootste bron van proteïne en een voedingsbron voor meer dan 2.5 miljard mensen. Daarom is het aan ons om ze te behouden en te beschermen.

Daarom bevat Herbalifeline Max[®] alleen duurzaam geproduceerde visolie, die geaccrediteerd is door de non-profit organisatie "Friend of the Sea". Het is onze gedeelde missie om mariene leefgebieden te beschermen om de impact op het ecosysteem te minimaliseren.

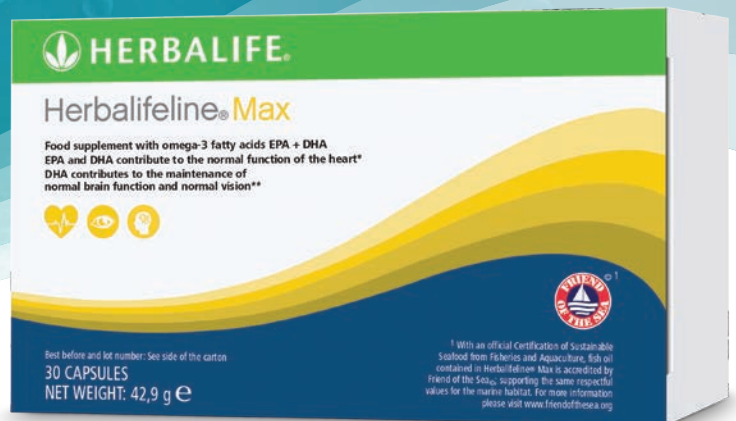
Door het kiezen van duurzame bronnen, kunnen onze klanten de voordelen genieten van van Omega-3 vetzuren en zorgdragen voor de volgende generatie.

Met een officiële Certificering van duurzame vis uit de visserij en de aquacultuur, is de visolie in Herbalifeline Max geaccrediteerd door Friend of the Sea; die dezelfde respectvolle waarden voor het mariene milieu hanteren.

**Verkrijgbaar
in België
in 2017**



Ga naar friendofthesea.org
voor meer informatie



30 Capsules – SKU #0043

Projectcode 2271

© 2016 Herbalife International of America, Inc.
© 2016, Herbalife (U.K.) Ltd, Uxbridge, England, UB8 3EX.
October 2016. Geprint in Europa.

Alle producten en bedrijfsnamen met een © of een TM zijn geregistreerd of in afwachting van registratie door Herbalife International, Inc. Alle rechten voorbehouden. Geen enkel deel hiervan, of iedere andere Herbalife International-publicatie, mag worden gereproduceerd of gekopieerd door middel van drukwerk, audio of video zonder geschreven toestemming van Herbalife International.

Fouten en weglatingen uitgezonderd.

Alle ingezonden stukken en uittalingen van Herbalife-klanten en/of Onafhankelijk Herbalife Distributeurs zijn niet bedoeld voor gebruik voor verkoop van Herbalife-producten.

Het gebruik en de doeleinden van Herbalife-producten worden gedetailleerd beschreven in de Herbalife-productliteratuur, die officieel wordt gebruikt en uitgegeven door Herbalife. Dat zijn de enige verklaringen waarvan mag worden uitgegaan in de verkoop van onze Herbalife-producten. In geen geval mag de Herbalife-gebruiker en/of Onafhankelijk Herbalife Distributeur beweren dat de Herbalife-producten voor iets anders gebruikt kunnen worden dan wat er aangegeven staat in de Herbalife-productliteratuur en op de -productetiketten.

Het Herbalife-programma kan helpen bij gewichtsbeheersing als onderdeel van een caloriebeperkt voedingsplan. De resultaten zijn behaald door het volgen van een Herbalife-programma, dat eveneens de terugkeer van evenwichtige voedingsgewoontes en regelmatige lichaamsbeweging omvat.

De in dit magazine genoemde inkomens en bedragen geven geen automatische verdiensten weer. Daadwerkelijke verdiensten zijn afhankelijk van de tijd en inzet die u besteedt aan uw business.



[Facebook.com/Herbalife](https://www.facebook.com/Herbalife)
[Twitter.com/HerbalifeEurope](https://twitter.com/HerbalifeEurope)
[Youtube.com/Herbalife](https://www.youtube.com/Herbalife)
[instagram.com/herbalife](https://www.instagram.com/herbalife)



Issue 187
Dutch
#5921-BENL-87