

Newsletter n° 10 Gennaio 2012

Strategie nutrizionale nello sport di endurance



Con la ripresa degli allenamenti in previsione della prossima stagione agonistica abbiamo pensato di organizzare un incontro per approfondire le tematiche che interessano gli atleti che praticano uno sport di endurance quale il ciclismo e la corsa su strada.

Il seminario è gratuito, riservato ai clienti titolari di una fidelity card, ma in funzione della disponibilità di posti è prevista l'iscrizione obbligatoria.

L'obiettivo dell'incontro, gestito da Jacopo Zuffi, è quello di fornire chiare indicazioni in merito alle strategie nutrizionali da attuare nella fase di preparazione a gare di fondo. Verrà posta molta attenzione alla fase di recupero dopo l'allenamento ed anche alla fase di ricarica del glicogeno da seguire in prossimità di una gara impegnativa.

L'incontro organizzato per mercoledì 18 Gennaio, avrà inizio alle 21.30 e si terrà presso la sede di GJAV in via Comacchio 47 a Ferrara.

Gli interessati possono confermare la presenza attraverso la fanpage www.facebook.com/gjav.net oppure possono chiamare al numero verde 800-144310.



Novità: Cioccolata fondente 100% senza glutine

Siamo orgogliosi di presentare in anteprima nazionale il cioccolato fondente al 100%, un prodotto esclusivo selezionato per i nostri clienti.

Il cioccolato fondente al 100% è una prelibatezza per i palati più raffinati ed è pensato per tutte le persone che seguono un'alimentazione ipocalorica, ipoglicidica e per tanto senza glutine, senza lattosio e senza zucchero.

Il cioccolato fondente al 100% è un alimento nutraceutico che apporta una serie di principi attivi tra cui la caffeina e la teobromina, due sostanze eccitanti, la fenilalanina ed il triptofano (aminoacido essenziale precursore della serotonina); il magnesio ed il fosforo. Questo prodotto, formulato con sole fave di cacao è ricco di antiossidanti, tra cui i polifenoli ed in particolare l'epicatechina.



Planet Pro Pasta Proteica 64%

Planet Pro 64% Low Carb è una pasta proteica con pochissimi carboidrati e un elevato tenore di proteine vegetali, indicata per chi segue un regime alimentare ipocalorico, low carb o meglio per chi desidera massimizzare la definizione corporea riducendo l'apporto di zuccheri e carboidrati.

Planet Pro 64% Low Carb ha un pH neutro, titolato in laboratorio e per tanto non acidifica l'organismo nonostante l'importante quota proteica presente nel prodotto, consentendo quindi un maggior assorbimento digestivo.

Si consiglia di condire una porzione da 50g con verdure, olio di oliva o ragù di carne o pomodoro.

Trovi tutta la linea di alimenti proteici Planet Pro nei negozi di integratori alimentari GJAV e sul sito www.gjav.com/shop/

GJAV fidelity card: tutti i servizi a tua disposizione



La fidelity card è lo strumento gratuito riservato a tutti i clienti (on line ed off line) che ne fanno richiesta e che permette di accedere ai servizi offerti da GJAV.

La fidelity card può essere sottoscritta direttamente nel punto vendita di riferimento oppure attraverso il sito www.gjav.com/fidelity-card/.

Successivamente al rilascio della fidelity card nominativa, viene attivato il servizio alert sms, per ricevere gli aggiornamenti flash sugli orari del negozio, l'invito ai seminari o i codici con le promozioni.

I titolari di fidelity card possono ricevere su appuntamento una consulenza personalizzata della durata di 20 minuti. La consulenza è utile per pianificare le strategie nutrizionali ad hoc, per supportare il programma di allenamento o più semplicemente per ricevere consigli per migliorare il proprio livello di fitness.

Al fine di soddisfare le richieste che riceviamo attraverso il servizio "l'esperto risponde" i clienti che acquistano direttamente del sito www.gjav.com possono ricevere, una consulenza telefonica anche via Skype.

Il prodotto del mese: Scitec Thermo-FX



Scitec Nutrition Thermo-FX è un integratore termogenico ad azione rapida, particolarmente indicato per essere assunto immediatamente prima di fare attività fisica.

La tecnologia Scitec unica per la produzione di integratori effervescenti ha permesso di realizzare un prodotto innovativo sia per la sua velocità di azione che per l'assimilabilità dei suoi componenti.

Grazie alla sua formulazione esclusiva Scitec Nutrition Thermo-FX massimizza la liberazione degli acidi grassi dal tessuto adiposo e stimola la loro ossidazione a scopo energetico.

Troverai quindi in Scitec Nutrition Thermo-FX un importante alleato per la realizzazione dei tuoi programmi tesi alla perdita di peso o al miglioramento della definizione.

Leggere attentamente le avvertenze riportate sulla confezione del prodotto.

Vuoi diventare Mayor di GJAV su foursquare?

A partire dal mese di Gennaio abbiamo attivato la presenza dei negozi di integratori alimentari GJAV su foursquare, il social network che ti permette di geotaggare e condividere i luoghi che frequenti e che preferisci.

Se esegui il check-in quando vieni da GJAV sblocchi le promozioni riservate ed in oltre è aperta la competizione per diventare Mayor (Sindaco) del punto vendita della tua città.

Con foursquare potrai lasciare consigli ad hoc ai tuoi amici, in merito ai prodotti ed ai servizi offerti dai negozi di integratori GJAV.

Check-in go performance!



www.gjav.net

info@gjav.net

Numero Verde
800-144310