

fit@work® Sleep



fit@work® Sleep – Pre pokojný spánok po náročnom dni v práci

Po hektickom dni v práci je niekedy ťažké uvoľniť sa a večer zaspáť. Napriek tomu je pokojný spánok dôležitý pre fyzické a duševné zdravie, najmä v čase zvýšeného stresu. Každodenný výkon môže tiež utrpieť, ak si telo neodpočinie – nedostatok spánku tak môže ešte viac zvýšiť každodenný pracovný stres. Našťastie existuje niekoľko spôsobov, ako zlepšiť tzv. spánkovú hygienu. Patrí medzi ne vyhýbanie sa alkoholu pred spaním, nejedenie príliš neskorej večere a nenosenie mobilného telefónu alebo notebooku do spálne. Vypnúť vám však môže pomôcť aj dobrá kniha alebo šálka čaju.

Medzi domácimi prostriedkami sú známe niektoré rastliny, ktoré prirodzene podporujú spánok. Najmä medovka, valeriána a chmeľ sú známe svojimi účinkami podporujúcimi spánok, pričom medovka a valeriána podporujú aj relaxáciu a duševnú pohodu. Melatonín je prirodzený spánkový hormón v tele, ktorý zabezpečuje, aby sme sa večer unavili. Pomáha tiež zmierniť jet lag – a preto môže byť užitočný pri dlhých služobných cestách.

Biogena fit@work® Sleep ponúka jednoduchý a pohodlný spôsob, ako tieto výhody využiť: Ako jedinečná zmes rastlinných extraktov podporujúcich spánok (zmes HerbalCalmness®), horčíka a melatonínu ponúka nový spôsob podpory spánku. Horčík podporuje normálne fungovanie nervového systému a psychiky, a tak ďalej prispieva k relaxácii. A napokon, melatonín pomáha rýchlejšie zaspáť a poskytuje vášmu telu odpočinok, ktorý si zaslúži.

fit@work® Sleep – Nová ponuka Biogena pre kvalitný spánok, aby ste mohli plniť energie čeliť malým i veľkým výzvam každodenného života

fit@work® Sleep

- Konzumácia 1 mg melatonínu krátko pred spaním pomáha skrátiť čas potrebný na zaspánie melatonín pomáha zmierniť subjektívny pocit jet lagu. Na tento účel by ste mali užiť aspoň 0,5 mg melatonínu krátko pred spaním v prvý deň cesty a počas prvých dní po príchode do cieľovej destinácie
- Horčík prispieva k normálnej činnosti nervového systému, normálnej psychickej činnosti a energetickému metabolizmu
- Medovka, valeriána a chmeľ v zmesi HerbalCalmness®-Blend podporujú normálny spánok
- Medovka lekárska a valeriána lekárska podporujú relaxáciu a duševnú pohodu

Biogena GmbH & Co KG
Strubergasse 24, A-5020 Salzburg, [biogena.com](mailto:info@biogena.com)

Part of the
Biogena Group 

Toll-free Infoline Austria: T +43 662 23 11 11, info@biogena.com
Infoline Germany, Italy and International: T +49 8654 774 00-0, deutschland@biogena.com,
italien@biogena.com, worldwide@biogena.com
Infoline Switzerland: T +41 43 215 20 59, schweiz@biogena.com

Online orders: [biogena.com](https://www.biogena.com)



Možné použitia

- Na podporu relaxácie a duševnej pohody
- Ako výživová podpora na rýchlejšie zaspávanie
- Na podporu normálneho prežívania spánku

Biologicky dostupné mikroživiny v čistej forme

- Podľa princípu čistej látky
- Bez farbív a ochucovadiel
- Bez lepku
- Bez laktózy
- Hypoalergénne
- Škrupiny rastlinných kapsúl
- 100 % vegánske
- Testovaná kvalita

ZLOŽKY na dennú dávku	2 Kapsule	% NRV*
Horčík	100 mg	27
HerbalCalmness®-Blend	480 mg	-
obsahuje Výťažok z koreňa valeriány lekárskej	200 mg	-
obsahuje Výťažok z medovky	160 mg	-
obsahuje Chmeľový extrakt	120 mg	-
Melatonín	1 mg	-

*% REFERENČNÉHO MNOŽSTVA PODĽA NARIADENIA EÚ 1169/2011.

PRÍSAD

Bisglycinát horečnatý, Výťažok z koreňa valeriány lekárskej, Hydroxypropylmetylcelulóza (obal kapsuly), Výťažok z medovky, Chmeľový extrakt, Melatonín.

ODPORÚČANIE TÝKAJÚCE SA SPOTREBY

2 kapsule denne konzumujte približne 30 minút pred spaním s dostatočným množstvom tekutiny.

POZNÁMKA

Výživové doplnky podľa smernice EÚ 2002/46/ES

DOPLŇUJÚCA POZNÁMKA

Neužívajte súčasne s liekmi obsahujúcimi fluvoxamín alebo cimetidín.

VELKOSŤ A OBSAH BALENIA

60 kapsúl (balenie na 1 mesiac), 39 g

JE DOBRÉ VEDIEŤ

Biogena GmbH & Co KG
Strubergasse 24, A-5020 Salzburg, biogena.com

Part of the
Biogena Group 

Toll-free Infoline Austria: T +43 662 23 11 11, info@biogena.com
Infoline Germany, Italy and International: T +49 8654 774 00-0, deutschland@biogena.com,
italien@biogena.com, worldwide@biogena.com
Infoline Switzerland: T +41 43 215 20 59, schweiz@biogena.com

Online orders: biogena.com



BIOGENA
WELCOME TO YOURSELF



Doplnky výživy: Neprekračujte odporúčanú dennú dávku. Nenahrádza vyváženú a pestrú stravu a zdravý životný štýl. Skladujte pri izbovej teplote, v suchu a chránené pred svetlom. Chráňte pred teplom. Uchovávajte mimo dosahu detí. Vhodné pre diabetikov. Poskytnuté informácie nie sú určené na liečenie alebo samoliečbu. Vcaps® Plus je ochranná známka spoločnosti Lonza alebo jej dcérskych spoločností, registrovaná v USA. S výhradou tlačových a typografických chýb. Stav: 30.06.2022.



Biogena GmbH & Co KG
Strubergasse 24, A-5020 Salzburg, biogena.com

Part of the
Biogena Group 

Toll-free Infoline Austria: T +43 662 23 11 11, info@biogena.com
Infoline Germany, Italy and International: T +49 8654 774 00-0, deutschland@biogena.com,
italien@biogena.com, worldwide@biogena.com
Infoline Switzerland: T +41 43 215 20 59, schweiz@biogena.com

Online orders: biogena.com



BIOGENA
WELCOME TO YOURSELF