



HEALTH & BEAUTY



## Usein kysytyt kysymykset Mind Master Extreme

FAQs | Usein kysytyt kysymykset

**MORE QUALITY**  
*for your life.*



# SISÄLLYS

## 1. Myyntiargumenttien yleiskatsaus

- 1.1. Miten Mind Master Extreme on terveellisempi vaihtoehto energiajuomille?
- 1.2. Miten Mind Master Extreme vaikuttaa kahviin tai colaan verrattuna?

## 2. Käyttöalueet

- 2.1. Milloin minun tulisi nauttia Mind Master Extremeä?
- 2.2. Miltä Mind Master Extreme maistuu?
- 2.3. Voiko Mind Master Extremeä ottaa useita kertoja päivässä? Tai voiko pus-sin sisällön jakaa osiin?
- 2.4. Voivatko myös lapset, raskaana olevat tai kasvissyöjät nauttia Mind Master Extremeä?
- 2.5. Voinko ottaa Mind Master Extremeä vaikka minulla on sydän- ja verisuoni-sairaus?
- 2.6. Miten hyvin Mind Master Extreme vaikuttaa urheillessa? Sisältääkö Mind Master Extreme doping-aineita?
- 2.7. Voinko ottaa Mind Master Extremeä Mind Master -juomien lisäksi?

## 3. Ainesosat & vaikutustavat

- 3.1. Kuinka korkea on Mind Master Extremen kofeiinipitoisuus? Ja miten kofeiini vaikuttaa elimistöön?
- 3.2. Millä Mind Master Extreme on makeutettu?
- 3.3. Mitä ovat aminohapot? Ja miksi Mind Master Extreme on rikastettu amino-hapoilla leusiini, isoleusiini ja valiini (BCAA)?
- 3.4. Mitä on tauriini? Kuinka se vaikuttaa?



## 1) Myyntiargumenttien yleiskatsaus

Mind Master Extreme on välitön, vaikuttava ja tehokas energia-annos<sup>1</sup> akuutteihin stressitilanteisiin ja energianpuutokseen – ilman sokeria!

80 mg kofeiinia mm. guaranajauheesta ja vihreäteeuutteesta ja lisäksi aminohapot (BCAA) kiihdyttävät aineenvaihduntaa ja antavat keholle energiaa. B-vitamiinit ja koentsyymi Q10 torjuvat väsymystä ja parantavat psykologisia toimintoja<sup>1,2</sup>.

Tehokas antioksidanttisekoitus suojaa oksidatiiviselta stressiltä<sup>3</sup> ja kattaa mm. 100 % päivittäisestä E-vitamiinitarpeesta. Mind Master Extremen sisältämä Aloe vera -jauhe edistää yleistä hyvinvointia, ja C-vitamiini tukee lisäksi immuunijärjestelmää<sup>4</sup>.

Mind Master Extreme sisältää 14 tiivistettyä mukaan otettavaa annospussia pakkauksessa. Pussien sisältämä jauhe liukenee ilman vettä sekunneissa suuhun, ja ainesosat imeytyvät limakalvoilta elimistöön.

### 1.1 Miten Mind Master Extreme on terveellisempi vaihtoehto energiajuomille?

Tavalliset markkinoilla olevat energiajuomat, kuten esim. Red Bull, Monster Energy tai Rhino`s sisältävät noin 10-12 g sokeria / 100 ml. Ne sisältävät myös noin 32 mg kofeiinia 100 ml:ssa. Näitä tuotteita myydään harvoin alle 250 ml:n pakkauskoossa – näin ollen ne sisältävät vähintään 110 kcal annosta kohden.

Mind Master Extreme ei sisällä sokeria energianlähteenä. Lisäksi se sisältää tasapainoisen sekoituksen mikrokapseloitua kofeiinia luonnollisista lähteistä, aminohappoja sekä B-vitamiineja (B1, B2, B6, B12), jotka kattavat 100 % päivittäisestä saantisuosituksista. Vihreäteeuute ei toimi vain luonnollisena kofeiinilähteenä, vaan sisältää myös mm. polyfenoleja ja voi siten vaikuttaa antioksidatiivisesti. Mind Master Extremen sisältämä antioksidanttisekoitus suojaa siten oksidatiiviselta stressiltä – siihen markkinoilla olevat energiajuomat eivät pysty.

### 1.2 Miten Mind Master Extreme vaikuttaa kahviin tai colaan verrattuna?

<sup>1</sup> B12-vitamiini auttaa vähentämään väsymystä ja uupumusta.

<sup>2</sup> Tiiamiini, B6 ja B12 edistävät normaaleja psykologisia toimintoja.

<sup>3</sup> E-vitamiini edistää solujen suojaamista hapettumisstressiltä.

<sup>4</sup> C-vitamiini edistää immuunijärjestelmän normaalia toimintaa.





Mind Master Extremen ensimmäisen vaikutuksen tuntee jo välittömästi nauttimisen jälkeen, sillä sen happoisuus herättelee positiivisesti.

Kofeiinin vaikutus – Mind Master Extreme sisältää 80 mg / 2,5 g pussi – on erilainen yksilöstä riippuen. Kokemuksen mukaisesti kofeiinin ensimmäinen vaikutus ilmenee n. 30 minuutin kuluttua, ja sen täydellinen vaikutus ilmenee noin tunnin kuluttua.

Tyypillinen espresso (80 mg / 25 ml) sisältää saman määrän kofeiinia kuin Mind Master Extreme. Tavallinen suodatinkahvi sisältää noin 90 mg / 125 ml. Kahvi ei kuitenkaan tarjoa muuta lisätukea aminohappojen, B-vitamiinien tai koentsyymi Q10:n muodossa.

## 2 Käyttöalueet

### 2.1 Milloin ja miten Mind Master Extremeä tulisi nauttia?

Mind Master Extreme tarjoaa sinulle kätevän ja käyttövalmiin ratkaisun lyhytaikaiseen energianlisäykseen Mind Master -juomien ohella Mind Master Extreme antaa uutta voimaa energiattomaan oloon ja tukee sinua äkillisissä stressitilanteissa selviytymään niistä keskittyneesti ja suoritustehokkaasti.

Mind Master Extremeä voidaan nauttia päivän ajasta riippumatta – aina kun tarvitset energiaa. Jauhe voidaan annostella suoraan suuhun, ja se liukenee suussa muutamassa sekunnissa. Vettä ei tarvita. Tuote on erityisesti suunniteltu siten, että sitä ei tarvitse liuottaa veteen tai mehuihin. Tarvittaessa sen nauttimisen jälkeen voi juoda vähän nestettä.

Pussia voi kuljettaa aina mukana hätätapausta varten lompakossa, kalenterissa tai housuntaskussa. Se tulisi kuitenkin muistaa säilyttää kuivana ja kuumuudelta suojattuna.

Pakkaus Mind Master Extreme Performance Powderia sisältää 14 pussia à 2,5 g – näin sinulla on vähintään kahden viikon varasto käytettävissäsi.

### 2.2 Miltä Mind Master Extreme maistuu?

Mind Master Extreme maistuu granaattiomenalta. Jauhe on kevyesti makeutettu ja erittäin hapanta – se herättää varmasti jokaisen välittömästi. Lopussa jauhe maistuu hiukan kitkerältä – minkä aiheuttaa mikrokapseloitu kofeiini. Tämä hapen aromi on kuitenkin selvästi vähäisempi kuin tavallisen suodatinkahvin jälkeinen happamuus.

### **2.3 Voiko Mind Master Extremeä ottaa useita kertoja päivässä? Tai voiko pussin sisällön jakaa osiin?**

Suosittellemme nauttimaan koko pussin sisällön kerran päivässä suoraan kielelle annosteltuna. Mind Master Extreme on tiivistetty ja tarkoitettu nimenomaan kerralla nautittavaksi. Mind Master Extreme on ravintolisä – eikä sen päivittäistä saantisuositusta tulisi ylittää. Jauheen liiallinen nauttiminen voi vilkastuttaa suolen toimintaa.

### **2.4. Voivatko myös lapset, raskaana olevat tai kasvissyöjät nauttia Mind Master Extremeä?**

Mind Master Extreme Performance Powderia ei suositella lapsille, raskaana oleville tai imettäville naisille sen korkean kofeiinipitoisuuden (80 mg kofeiinia / annos) vuoksi.

Mind Master Extreme soveltuu kasvissyöjille ja diabeetikoille. Rasvat ovat puhtaasti kasviperäisiä eikä tuote sisällä eläinperäisiä aineita.

Mind Master Extreme Performance Powder on gluteenitonta ja laktoositonta.

### **2.5 Voinko ottaa Mind Master Extremeä, vaikka minulla on sydän- ja verisuonisairaus?**

Tämän suhteen ei tunneta käyttörajoituksia, mutta sydän- ja verisuonisairauksista kärsivien tulisi neuvotella Mind Master Extremen käytöstä etukäteen lääkärin tai farmaseutin kanssa.

Yhteisvaikutukset samaan aikaan nautittujen lääkkeiden kanssa eivät ole tunnettuja, mutta kannattaa kuitenkin neuvotella oman lääkärin tai farmaseutin kanssa lääkkeiden yhteisvaikutusten pois sulkemiseksi.

### **2.6. Miten hyvin Mind Master Extreme vaikuttaa urheillessa? Sisältääkö Mind Master Extreme doping-aineita?**

Pussillinen Mind Master Extremeä kannattaa mieluiten nauttia n. 1 tunti ennen urheilua. Pussin sisältämä määrä kofeiinia tarjoaa positiivisia ominaisuuksia liikunnan yhteydessä. Monet liikunnanharrastajat hyödyntävät kofeiinia paremman suoritustehon saavuttamiseksi. Kofeiini edistää kestävyysuorituskykyä.

Mind Master Extreme ei sisällä mitään aineita, jotka ovat WADAn (maailman antidoping-toimikunta) kiellettyjen aineiden listalla.

### **2.7. Voinko ottaa Mind Master Extremeä Mind Master Performance -juomien lisäksi?**

Kyllä, ehdottomasti. Suorituskyvyn lisäämiseksi stressaavassa ja vaativassa arjessa LR on luonut LR LIFETAKT Mental Power -ratkaisun – tieteellisesti perustellun tuoteyhdistelmän, joka käsittää perusratkaisuina Mind Master Performance -juomat ja Pro Balance -tabletit. LR LIFETAKT Mind Master Extreme Performance Powder on yksilöllinen lisätuote, joka on kehitetty erityisesti välittömään käyttöön akuuteissa stressitilanteissa tai spontaaneissa energianpuutoksissa, siten että sitä voidaan tarvittaessa suositella täydennykseksi.

Toisin kuin pikaiseen energianlisäykseen tarkoitettu Mind Master Extreme, Mind Master Performance Drinks Green ja Red on tarkoitettu säännölliseen käyttöön pitempien ajanjaksojen ajan.

### 3. AINESOSAT JA VAIKUTUSTAVAT

#### 3.1 Kuinka korkea on Mind Master Extremen kofeiinipitoisuus? Ja miten kofeiini vaikuttaa elimistöön?

Yksi pussi (2,5 g) Mind Master Extreme Performance Powderia sisältää 80 mg kofeiinia. Se vastaa n. kolmen 0,33 l colapullon, yhden vahvan espresson tai energijuoman (250 ml) kofeiinimäärää. Terveet aikuiset voivat nauttia päivän mittaan osissa maksimissaan 400 milligrammaa kofeiinia.

Mind Master Extreme tarjoaa tasapainoisen sekoituksen mikrokapseloitua kofeiinia ja luonnollisista lähteistä peräisin olevaa kofeiinia, esim. guaranaa. Guaranan sisältämä kofeiini auttaa parantamaan tarkkaavaisuutta ja kestävyttä. Sen sisältämä kofeiini parantaa kestävyysuorituskykyä.

Liiallinen kofeiini aiheuttaa sydämentykytystä, epäsäännöllistä sykettä, vapinaa, hermostuneisuutta, pahoinvointia ja nukahtamisvaikeuksia.

#### 3.2 Millä Mind Master Extreme on makeutettu?

Mind Master Extreme ei sisällä sokeria, vaan on makeutettu pääasiassa ksylitol-makeutusaineella. Ksylitol on luonnollisesti esiintyvä sokerialkoholi, jota muodostuu kasveissa sekä myös ihmisissä (sokeriaineenvaihdunnassa). Lisäksi makeutusaineena on käytetty sukraloosia ja asesulfaami K:ta

Mind Master Extreme ei sisällä dekstroosia. 2,5 g:n päiväannos lisää vain hiukan päivittäistä kalorimäärää ja sopii siten myös diabeetikoille. Epävarmoissa tapauksissa on diabeetikoille soveltuvuudesta neuvoteltava mieluiten oman lääkärin kanssa.

#### 3.3 Mitä ovat aminohapot? Ja miksi Mind Master Extreme on rikastettu aminohapoilla leusiini, isoleusiini ja valiini (BCAA)?



Aminohapot ovat proteiinien rakenneosia. Ne muodostavat solun rakenteen ja ovat vastuussa ravintoaineiden kuljetuksesta ja varastoinnista. On olemassa yhteensä 20 aminohappoa, jotka osallistuvat proteiinien rakennukseen. Aminohapot ovat siis rakennusaineita ja energiantoimittajia. Ne ovat tärkeitä lihasmassan rakentamisen yhteydessä, ja niillä on oleellinen tehtävä ihmisen ravitsemuksessa.

Aminohapot vaikuttavat suotuisasti ihmisen aineenvaihduntaan ja kestävyteen. Lisäksi aminohapot ovat tunnettuja siitä, että ne tarjoavat vitaaliaineita iholle, hiuksille ja kynsille niiden ravitsemiseksi sisäisesti. Lisäksi ne vahvistavat lihaksia, jänteitä ja sidekudoksia. Eräs muu aminohappojen tärkeä toiminto on terveen immuuni- ja puolustusjärjestelmän ylläpitäminen.

Stressi ja uupumus voivat johtaa aminohappojen puutokseen. Puutoksen vuoksi tärkeitä proteiineja tai hormoneja ei muodostu elimistössä tarpeeksi. Usein seurauksena on heikentynyt immuunijärjestelmä, suorituskyvyn aleneminen, keskittymisvaikeudet ja muut fyysiset vaivat.

Maksimitehon saamiseksi myös Mind Master Extreme Performance Powder sisältää aminohappoja, kuten leusiini, isoleusiini ja valiini.

### **3.4 Mitä on tauriini? Kuinka se vaikuttaa?**

Tauriinia valmistetaan synteettisesti. Se on aminoetaanisulfonihappoa, jota syntyy aminohappo kysteiinin hajotessa. Sen saanti ei ole välttämätöntä, sillä ihmisen elimistö muodostaa itse tauriinia.

Tauriini kuitenkin mahdollisesti vahvistaa kofeiinin vaikutusta, mikä voisi selittää sen, miksi energijuomat virkistävät voimakkaammin kuin kahvi.