

PronoKal®

Alimenti e Integratori



Alimenti PronoKal: molto più che prodotti per la perdita di peso

In PronoKal avrai a disposizione **un'ampia gamma di alimenti** che sono stati testati scientificamente per aiutarti ad avere una **perdita di peso efficace e sicura**.

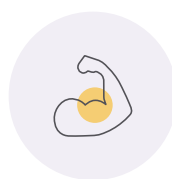
I metodi di PronoKal e la formula esclusiva e brevettata ProteinDHA permettono di:



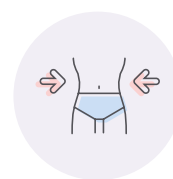
Raggiungere
una chetosi
stabile e salutare



Perdere peso
in modo efficace



Mantenere la massa
muscolare



Mantenere il peso
raggiunto nel
tempo

Non tutte le proteine sono uguali

Tutti gli alimenti PronoKal sono intercambiabili poiché contengono **15 grammi di proteine della massima qualità**: ciò le rende **maggiormente assimilabili** rispetto ad altre proteine di qualità inferiore che si possono trovare in altri prodotti. Inoltre, le proteine contenute negli alimenti PronoKal possiedono **un'alta percentuale di amminoacidi essenziali**. Questa caratteristica è misurata a livello internazionale attraverso l'indice chimico (IQ): tanto più alto è questo valore, quanto più alta sarà la percentuale degli amminoacidi essenziali presenti. I regolamenti individuano un IQ di 80 per questo tipo di prodotti; gli alimenti PronoKal superano questo valore con un **IQ compreso tra 100 e 140**.



**Il tuo medico e la tua nutrizionista-coach,
sempre al tuo fianco**

Il tuo medico e la tua nutrizionista-coach ti accompagneranno durante tutto il viaggio. Monitorando in modo personalizzato la tua evoluzione, ti aiuteranno a cambiare le tue abitudini alimentari e il modo in cui ti relazioni con il cibo.

Il DHA per combattere la Lipoinfiammazione



Gli alimenti PronoKal sono arricchiti con **DHA** (Omega 3), che ti aiuta a mantenere il peso raggiunto a lungo termine grazie al suo **effetto antinfiammatorio**.

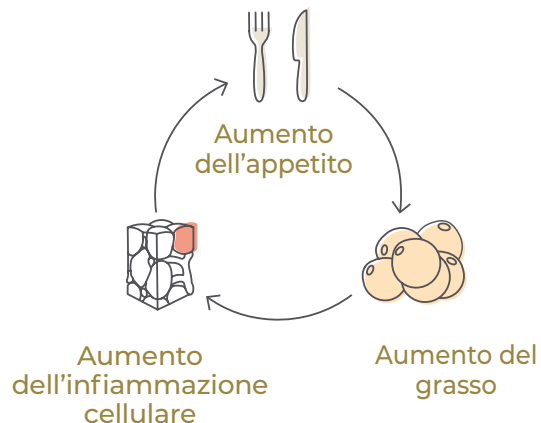
Dalla combinazione di proteine di alta qualità con DHA in proporzione adeguata, nasce **ProteinDHA**, la **formula brevettata degli alimenti PronoKal**.

Cos'è la **LIPŌ**INFIAMMAZIONE ? E perché è necessario curarla?

Tutti i trattamenti **PronoKal®** permettono di perdere peso in modo efficace e duraturo. Inoltre, aiutano a combattere la lipoinfiammazione, causa del recupero di peso nella maggior parte delle diete.

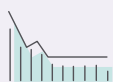
Più specificamente, la **lipoinfiammazione** è una conseguenza dell'**aumento del grasso corporeo**, che innesca un **processo infiammatorio cronico a livello cellulare**.

Questo processo infiammatorio provoca un feedback o una reazione a catena, caratterizzata da:



Questo circolo vizioso è direttamente correlato all'**aumento di peso e alla tendenza a recuperarlo** dopo aver terminato una dieta.

I metodi PronoKal® si basano su una metodologia specificamente mirata a **risolvere la lipoinfiammazione** per:



Mantenere il peso perso



Ridurre il rischio cardiovascolare



Controllare l'appetito



Alimenti da preparare o alimenti pronti da mangiare?

Gli alimenti PronoKal si adattano al tuo ritmo di vita. Accanto a ciascuno di loro troverai un'icona che indica se si tratta di un alimento che necessita di preparazione o se è un alimento pronto. Scegli in base alle tue esigenze.



Alimento
da preparare



Alimento
pronto

Hai allergie o intolleranze?

La nostra gamma ti offre molte opzioni e la tua nutrizionista-coach ti aiuterà a scegliere gli alimenti PronoKal più adatti alle tue esigenze. Chiedi alla tua nutrizionista-coach la lista degli allergeni. Alcuni allergeni possibili sono:



Glutine



Uova



Frutta a guscio
/arachidi



Latte



Pesce



Soia



Bevande

A PARTIRE DAL PASSO 1

NUOVO

Gluten free
**Bevanda al sapore
Tropicale**

041307 | 7 u./box **26,60 €**

Gluten free
**Bevanda pronta gusto
Yogurt alla fragola**

042303BE | 2 u./box **9,50 €**

**Bevanda al gusto
Arancia**

041302 | 7 u./box **26,60 €**

Gluten free
**Bevanda pronta gusto
Vaniglia**

042302 | 1 u./box **4,75 €**

**Bevanda al gusto
Pesca**

041305 | 7 u./box **26,60 €**

Gluten free
**Bevanda al gusto
Cocco**

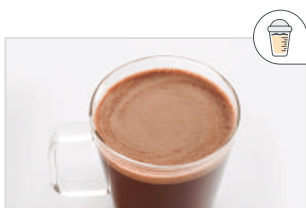
041304 | 7 u./box **26,60 €**

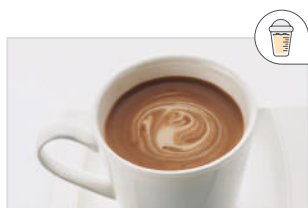
Gluten free
**Bevanda al gusto
Pompelmo**

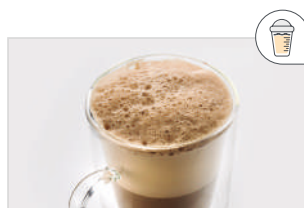
041303 | 7 u./box **26,60 €**

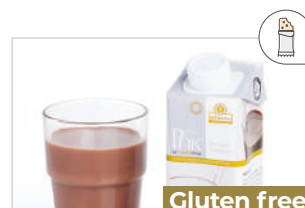

Cioccolata e Caffè

A PARTIRE DAL PASSO 1


**Bevanda gusto
Cioccolata calda**

041202 | 7 u./box **26,60 €**

**Bevanda sapore
Cappuccino**

041204 | 7 u./box **26,60 €**

**Bevanda sapore
Frappé al Caffè**

041206 | 7 u./box **26,60 €**

Gluten free
**Bevanda pronta gusto
Cioccolato**

042301 | 1 u./box **4,75 €**


Barrette

A PARTIRE DAL PASSO 1


**Barretta al sapore di
Brownie**

042813 | 5 u./box **21,75 €**

**Barretta Cioccolato e
Lampone**

042814 | 5 u./box **21,75 €**

**Barretta Cioccolato e
Cocco**

042815 | 5 u./box **21,75 €**

**Barretta Cioccolato al
Latte**

042816 | 5 u./box **21,75 €**

Gluten free
**Barretta
Crunchy**

042817 | 5 u./box **21,75 €**

Gluten free
**Barretta al sapore di
Yogurt alla fragola**

042811 | 5 u./box **21,75 €**


Non perdere le ricette
e i consigli nutrizionali
nella tua App
PronoKal Connect





Pasticceria / Dessert

A PARTIRE DAL PASSO 1



Dessert al sapore di Vaniglia

041801 | 7 u./box **26,60 €**



Dessert al sapore di Cioccolato

041802 | 7 u./box **26,60 €**



Tortino al Cioccolato

041906 | 7 u./box **26,60 €**



Pancake

041907 | 7 u./box **28,00 €**



Mousse al sapore di Cioccolato

042403 | 4 u./box **19,80 €**



Mousse al sapore di Vaniglia

042404 | 4 u./box **19,80 €**



Biscotti

A PARTIRE DAL PASSO 1



Biscotti e cioccolato fondente

042340 | 5 u./box **23,75 €**



Frollini al sapore di Mela e Cannella

042338 | 5 u./box **23,75 €**



Frollini al sapore di Cereali

042337 | 5 u./box **23,75 €**



Biscotti al sapore di Arancia

043105 | 5 u./box **23,75 €**



Biscotti al sapore di Nocciola

043106 | 5 u./box **23,75 €**



Biscotti al sapore di Vaniglia

043107 | 5 u./box **23,75 €**



Wafer Cioccolato intenso

042335 | 5 u./box **23,75 €**



Wafer Cioccolato e Vaniglia

042336 | 5 u./box **23,75 €**



Se vuoi ottenere un gelato rinfrescante, prepara le bevande e prima di gustarle mettile nel congelatore per qualche ora.



Vuoi una consistenza più schiumosa? Ti consigliamo di preparare le bevande con del ghiaccio utilizzando il frullatore.



Se diluisci le bevande fredde in una quantità minore di acqua, otterrai una deliziosa miscela.



Alimenti da preparare



Alimenti pronti



Crema e Zuppe

A PARTIRE DAL PASSO 1



Crema al sapore di Funghi

041502 | 7 u./box **28,00 €**



Crema al sapore di Verdure

041504 | 7 u./box **28,00 €**



Crema al sapore di Pollo al Curry

041505 | 7 u./box **28,00 €**



Crema al sapore di Zucca e Formaggio

041506 | 7 u./box **28,00 €**



Omelette e Crêpes

A PARTIRE DAL PASSO 1



Omelette alle Erbette aromatiche

041602 | 7 u./box **28,00 €**



Omelette al Formaggio

041603 | 7 u./box **28,00 €**



Crêpe

041607 | 7 u./box **28,00 €**



Snack Salati

A PARTIRE DAL PASSO 1



Nachos al sapore di Paprika dolce

042341 | 5 u./box **23,75 €**



Chips al sapore di Pizza

042320 | 5 u./box **23,75 €**



Chips al sapore contadine

042321 | 5 u./box **23,75 €**



Nuggets

041704 | 7 u./box **28,00 €**



Bastoncini gusto Rosmarino

042329 | 5 u./box **23,50 €**



Bastoncini al Sesamo

042334 | 5 u./box **23,50 €**



Bastoncini gusto Pomodoro

042328 | 5 u./box **23,50 €**



Snack Gourmet al gusto di oliva

042332 | 5 u./box **23,50 €**



Piatti salati

A PARTIRE DAL PASSO 1



Caserecce

043401 | 5 u./box **23,50 €**



Pizzetta

041702 | 7 u./box **26,60 €**



Panino

041707 | 7 u./box **26,60 €**



Fette Tostate

042317 | 5 u./box **21,75 €**





Extra

A PARTIRE DAL PASSO 1



Senape

030115 | 12 u./box **13,20 €**



Ketchup

030116 | 12 u./box **13,20 €**



Crema Cacao e Nocciola

033301 | 8 u./box **13,20 €**



Marmellata di Albicocche

030120 | 12 u./box **13,20 €**



Confettura di Fragola

030117 | 185g/box **13,20 €**



Sucralosio

030103 | 28 u./box **12,60 €**



Latte ipocalorico

030102 | 20 u./box **19,80 €**

Le immagini della categoria Extra hanno il solo scopo di rappresentare il prodotto e sono puramente indicative.

👍 I trucchi della tua nutrizionista-coach:

Le spezie sono perfette per ridurre il consumo di sale e dare più sapore ai piatti. Provale!



Pepe



Origano



Zenzero



Curcuma



Prezzemolo



Mantenimento

A PARTIRE DAL PASSO 4



Gluten free

Barretta al Cioccolato Crunch

032501 | 8 u./box **26,00 €**



Barretta al sapore di Cioccolato

032503 | 8 u./box **26,00 €**



Gluten free

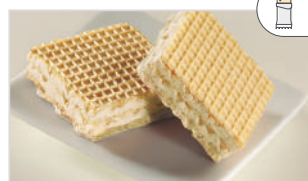
Barretta al gusto Cioccolato e Arachidi

032507 | 8 u./box **26,00 €**



Sfogliatina al gusto di Cioccolato

032601 | 7 u./box **23,00 €**



Sfogliatina al gusto di Vaniglia

032602 | 7 u./box **23,00 €**

Non perdere le ricette e i consigli nutrizionali nella tua App PronoKal Connect



Alimenti da preparare



Alimenti pronti

Vitamine e minerali, tutti i nutrienti di cui hai bisogno nella tua giornata



Unicomplex Plus
308 | 30 bs/box
31,50 €



Sodio
030058 | 100 cps/box
27,90 €

Per ridurre l'infiammazione e il rischio cardiovascolare



Omega Balance
030010 | 40 cps/box
35,90 €



DHA Vita
030011 | 60 cps/box
41,50 €

Per il miglioramento della salute delle ossa, dei muscoli e del sistema immunitario



Vitamina D 1.000 UI
030016 | 60 cps/box
16,50 €



HMB K-line
030063 | 30 bs/box
39,00 €

Per la salute dell'apparato digerente e del microbiota intestinale



Aero Relax Natur
030019 | 40 cps/box
16,50 €



Simbiotics 1 B. Longum
030021 | 30 cps/box
27,50 €



Simbiotics 2 B. Animalis lactis
030020 | 30 cps/box
27,50 €

Per stimolare il metabolismo, tonificare e migliorare l'elasticità dei tessuti



Drenacel-K
311 | 14 bs/box
28,90 €



Cellulite Gel
030203 | 200 ml/box
32,00 €



Fascia elastica
033001 | 1 u./box
3,90 €

Pronokal Genomics



PronoKal Genomics
034000BE | U./box
150,00 €

Studio genetico del metabolismo. Attraverso un prelievo di saliva potrai conoscere in modo chiaro e semplice la tua predisposizione all'eccesso di peso e adattare il tuo trattamento PronoKal tenendo conto delle tue caratteristiche metaboliche in relazione all'alimentazione, all'infiammazione, all'attività fisica e al comportamento alimentare. Ciò ti consentirà di ottimizzare la perdita di peso e i risultati di mantenimento.

Packs Integratori PnK

Pack Passi 1, 2, 3 (20 giorni)

030061BE
Omega Balance: 20 cps
Sodio: 60 cps
Unicomplex Plus: 40 bs
65,00 €

Pack Passi 4, 5 (40 giorni)

030045BE
DHA Vita: 40 cps
Unicomplex Plus: 40 bs
56,00 €



Bilancia Intelligente
033004 | 1 u./box
50,00 €

Packs Integratori PnK Expert

Pack Passi 1, 2, 3 (20 giorni)

030043
Unicomplex Plus: 40 bs
HMB K-Line: 20 bs
Sodio: 60 cps
Omega Balance: 20 cps
85,00 €

Pack Passi 4, 5 (40 giorni)

030064
Unicomplex Plus: 40 bs
HMB K-Line: 40 bs
DHA Vita: 40 cps
95,00 €



Shaker
030101 | 1 u./box
2,50 €

A PARTIRE
DAL PASSO 1



Selezione 14 giorni **NUOVO** | 040126

COLAZIONE

Bevanda gusto cioccolato calda 7 u./box	26,60 €
Bevanda sapore cappuccino 7 u./box	26,60 €

SPUNTINO MATTINA

Bevanda al gusto arancia 7 u./box	26,60 €
Biscotti al sapore di arancia 5 u./box	23,75 €
Bevanda pronta gusto vaniglia 2 u./box	9,50 €

PRANZO

Fette tostate 10 u./2 box	43,50 €
Chips al sapore contadine 5 u./box	23,75 €

MERENDA

Barretta al sapore di brownie 5 u./box	21,75 €
Barretta crunchy 5 u./box	21,75 €
Wafer cioccolato e vaniglia 5 u./box	23,75 €

CENA

Crema al sapore di verdure 7 u./box	28,00 €
Panino 7 u./box	26,60 €

PACK INTEGRATORI

Pack 123	65,00 €
----------	---------

TOTALE ~~367,15 €~~

*Valido per primo acquisto.

PREZZO SPECIALE **310,00 €**

Spese di spedizione gratuite

Selezione 21 giorni | 040107

COLAZIONE

Fette tostate 5 u./box	21,75 €
Pancake 7 u./box	28,00 €
Biscotti e cioccolato fondente 5 u./box	23,75 €
Frollini al sapore di mela e cannella 5 u./box	23,75 €

SPUNTINO MATTINA

Bevanda gusto cioccolato calda 7 u./box	26,60 €
Dessert al sapore di vaniglia 7 u./box	26,60 €
Bevanda al gusto arancia 7 u./box	26,60 €
Bevanda pronta gusto vaniglia 2 u./box	9,50 €

PRANZO

Caserecce 5 u./box	23,50 €
Bastoncini al sesamo 5 u./box	23,50 €
Chips al sapore di pizza 5 u./box	23,75 €
Bastoncini al gusto rosmarino 5 u./box	23,50 €

MERENDA

Wafer cioccolato e vaniglia 5 u./box	23,75 €
Frollini al sapore di cereali 5 u./box	23,75 €
Barretta al sapore di brownie 5 u./box	21,75 €
Barretta crunchy 5 u./box	21,75 €

CENA

Omelette alle erbe aromatiche 7 u./box	28,00 €
Panino 7 u./box	26,60 €
Crema al sapore di verdure 7 u./box	28,00 €

PACK INTEGRATORI

Pack 123	65,00 €
----------	---------

PREZZO FINALE **519,00 €**

Spese di spedizione gratuite

in Omaggio Fascia elastica PronoKal® + 1 confezione di marmellata di albicocche



Ricorda!
**Puoi acquistare i tuoi alimenti
nello shop online
shop.pronokal.com/it**



Il coaching nutrizionale

Il tuo alleato per rispettare il piano alimentare

Il coaching nutrizionale è una parte fondamentale dei nostri metodi. I risultati che otterrai dipenderanno dai nuovi modelli di comportamento e di pensiero relativi al cibo che imparerai insieme alla tua nutrizionista-coach. La sua funzione principale è aiutarti a realizzare questo cambiamento nella tua vita.

In **PronoKal®** avrai un **team di professionisti del coaching nutrizionale** che lavoreranno con te per aiutarti a:



Adottare un nuovo stile di vita.



Relazionarti con il cibo in modo sano, insegnandoti a cambiare i modelli interiorizzati



Identificare le difficoltà e fornirti gli strumenti o le tecniche per superarle.

Durante tutto il trattamento, **il tuo medico e la tua nutrizionista-coach ti aiuteranno a organizzarti per seguire il tuo piano nutrizionale, adattandolo in ogni momento alle tue esigenze.**

PronoKal®

PronoKal è un metodo **per la perdita di peso** che si sviluppa con la **supervisione e il supporto completo del medico e di un team di esperti.**



Combina **dieta, esercizio fisico e coaching**, il tutto con continuo accompagnamento attraverso la tecnologia digitale **Pronokal Connect.**

PronoKal®
connect

Otterrai **una perdita di peso efficace e duratura**, mentre raggiungerai **un nuovo stile di vita sano.**



Esperti nella dieta chetogenica per la perdita di peso



Efficacia



Qualità



Sicurezza



Mantenimento dei risultati

Come ordinare gli alimenti Pronokal



Da telefono

0172.1693000



Via shop online con le credenziali dell'App PronoKal Connect (dal secondo ordine)

NUOVO

shop.pronokal.com/it



Via mail

info.italia@pronokalgroup.com

www.pronokal.com/it



PronoKal Group®

Science, nutrition and technology for weight loss

A Nestlé Health Science Company