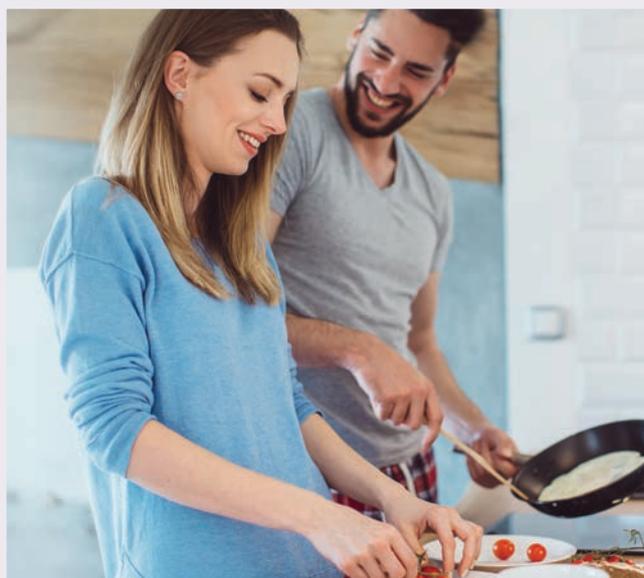


PronoKal®

# 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 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 aminoacidi 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 aminoacidi 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**.

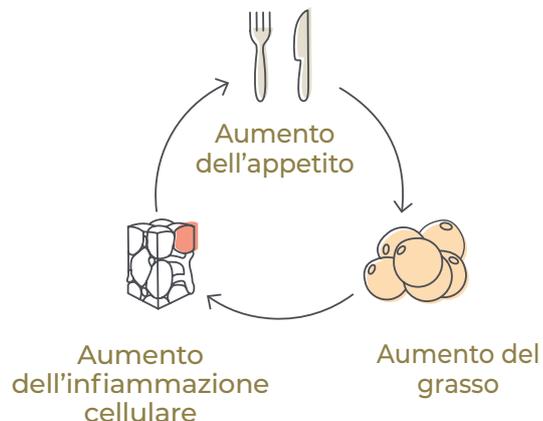
Dalla combinazione di proteine di alta qualità con DHA in proporzione adeguata, nasce **ProteinDHA**, la **formula brevettata degli alimenti PronoKal®**.

## 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.



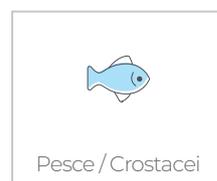
Alimento da preparare



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. Alcuni allergeni possibili sono:



A PARTIRE DAL PASSO 1



## Bevande

NUOVO



Gluten free

**Bevanda al sapore  
Tropicale**

041307 | 7 u./box **26,60 €**



**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**

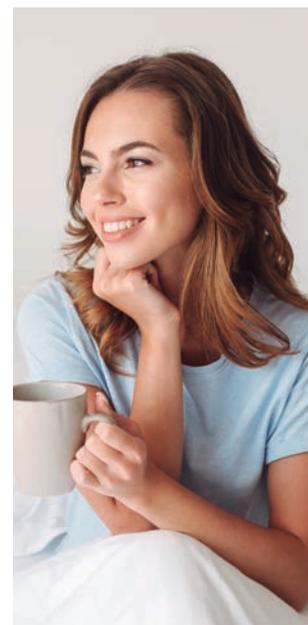
041304 | 7 u./box **26,60 €**



Gluten free

**Bevanda al gusto  
Pompelmo**

041303 | 7 u./box **26,60 €**



A PARTIRE DAL PASSO 1



## Cioccolata e Caffè



**Bevanda gusto  
Cioccolata calda**

041202 | 7 u./box **26,60 €**



**Bevanda al sapore  
Cappuccino**

041204 | 7 u./box **26,60 €**



**Bevanda al 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 €**



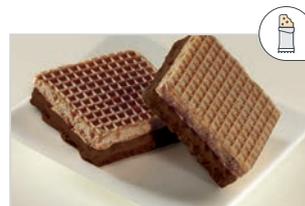
**Biscotti al sapore di Nocciola**

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.





## Creme e Zuppe

A PARTIRE DAL PASSO 1



**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 €**



## Piatti salati

A PARTIRE DAL PASSO 1



**Fusilli**

043404 | 5 u./box **23,50 €**



**Pizzetta**

041702 | 7 u./box **26,60 €**



**Panino**

041707 | 7 u./box **26,60 €**





## 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 €**



### Latte ipocalorico

030102 | 20 u./box **19,80 €**



### Marmellata di Albicocche

030120 | 12 u./box **13,20 €**



### Confettura di Fragola

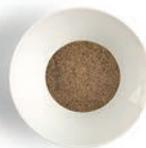
030117 | 185g/box **13,20 €**



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



### Barretta al Cioccolato Crunch

032501 | 8 u./box **26,00 €**



### Barretta al sapore di Cioccolato

032503 | 8 u./box **26,00 €**



### Barretta al gusto Cioccolato e Arachidi

032507 | 8 u./box **26,00 €**



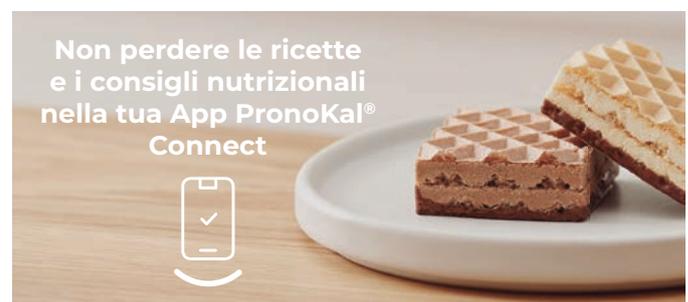
### Sfogliatina al gusto di Cioccolato

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 €**

## Contribuiscono a ridurre l'infiammazione e il rischio cardiovascolare



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



**DHA Vita**  
030011 | 60 cps/box  
**41,50 €**

## Contribuiscono al miglioramento della salute delle ossa, dei muscoli e del sistema immunitario



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



**HMB K-line**  
030063 | 30 bs/box  
**39,00 €**

## Contribuiscono alla salute dell'apparato digerente e del microbiota intestinale



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



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



**Simbiotics B. Animalis Lactis**  
030020 | 30 cps/box  
**27,50 €**

## Contribuiscono a 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 €**



**Ricorda!**  
Puoi acquistare i tuoi alimenti  
nello shop online  
[shop.pronokal.com/it](http://shop.pronokal.com/it)

## 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	<b>26,60 €</b>
Bevanda al sapore cappuccino   7 u./box	<b>26,60 €</b>

### SPUNTINO MATTINA

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

### PRANZO

Bastoncini gusto rosmarino   10 u./2 box	<b>47,00 €</b>
Chips al sapore contadine   5 u./box	<b>23,75 €</b>

### MERENDA

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

### CENA

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

### PACK INTEGRATORI

Pack 123	<b>65,00 €</b>
----------	----------------

**TOTALE** ~~370,65 €~~

\*Valido per primo acquisto.

**PREZZO SPECIALE** **310,00 €**

**Spese di spedizione gratuite**

## Selezione 21 giorni | 040107

### COLAZIONE

Biscotti al sapore di Nocciola   5 u./box	<b>23,75 €</b>
Pancake   7 u./box	<b>28,00 €</b>
Frollini al sapore di cereali   5 u./box	<b>23,75 €</b>
Frollini al sapore di mela e cannella   5 u./box	<b>23,75 €</b>

### SPUNTINO MATTINA

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

### PRANZO

Fusilli   5 u./box	<b>23,50 €</b>
Bastoncini al sesamo   5 u./box	<b>23,50 €</b>
Chips al sapore di pizza   5 u./box	<b>23,75 €</b>
Bastoncini al gusto rosmarino   5 u./box	<b>23,50 €</b>

### MERENDA

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

### CENA

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

### PACK INTEGRATORI

Pack 123	<b>65,00 €</b>
----------	----------------

**PREZZO FINALE** **519,00 €**

**Spese di spedizione gratuite**

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



PronoKal®

Consulta l'elenco  
degli allergeni  
sul tuo dispositivo!





## 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 WhatsApp

388.3814304



NUOVO

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

[shop.pronokal.com/it](https://shop.pronokal.com/it)



Via mail

[info.italia@pronokalgroup.com](mailto:info.italia@pronokalgroup.com)

[www.pronokal.com/it](https://www.pronokal.com/it)



**PronoKal Group®**

Science, nutrition and technology for weight loss

A Nestlé Health Science Company