

**100%****MARCA PORTUGUESA**

SATISFAÇÃO GARANTIDA


**1 Kg**  
**2 Kg**
[www.evonutrition.com.pt](http://www.evonutrition.com.pt)

INGREDIENTES CHAVE POR DOSE		100g
<b>Proteínas</b>		25g
<b>Aveia</b> (Hidratos de Carbono, Fibras dietéticas, Fonte natural de lípidos)		65g
<b>DailyEnergy Technology</b> (BCAA's, L-Arginina, L-Lisina, L-Alanina)		10g
1 Dose (100g)   2 Medidas   300ml de Água Informação Nutricional		100 g %DDR*
Valor Energético	384 kcal 1613 kJ	19%
Proteínas	25g	50%
Lípidos	5g	7%
Hidratos de Carbono	56g	20%
Fibras Dietéticas	4g	16%
<b>Perfil dos Amino Ácidos</b>		
L-Aspartate	2.8g	†
Ácido Glutâmico	4.6g	†
Glycine	0.3g	†
Histidina	0.4g	†
Metionina	0.5g	†
Fenilalanina	0.7g	†
Prolina	1.4g	†
Serina	1.2g	†
Treonina	1.7g	†
Tryptophane/Triptófano	0.3g	†
Tyrosine/Tirosina	0.6g	†

\*Dose Diária Recomendada baseada numa dieta de 2000 calorias

†Valor Diário não estabelecido

➤ **REFEIÇÃO DESPORTIVA RICA EM PROTEÍNAS, HIDRATOS DE CARBONO, FIBRA E AVEIA DE FÁCIL DIGESTÃO.**

➤ **FONTE DE ENERGIA DURADOURA.**

➤ **RÁPIDA REPOSIÇÃO DE ENERGIA.**

➤ **IDEAL PARA DIETAS DE CONTROLO DE PESO.**



Wake Up Evolution é o suplemento alimentar ideal para um pequeno-almoço delicioso, que lhe fornece energia para todo o dia de uma forma gradual, dada a utilização de hidratos de carbono de baixo índice glicémico.

Wake Up Evolution contém uma combinação ideal de proteína 100% Whey Isolada, Hidratos de Carbono e Aveia natural numa solução nutritiva e rápida de preparar, bastando apenas juntar 300ml de água a 100 gramas produto, agitar e consumir de imediato, para ter disponíveis 25 gramas de proteína (50% da dose diária recomendada), 56 gramas de hidratos de carbono, 4 gramas de fibras dietéticas e 6 gramas de BCAA's (Amino Acidos de Cadeia Ramificada).

Wake Up Evolution é uma solução rápida, adequada e deliciosa, pensada para o pequeno-almoço, ou para qualquer momento do dia, podendo mesmo ser consumida antes e depois de um treino de forma a repor todas as energias dispendidas na actividade física ou intelectual.

Proteína 100% Whey Isolada e Aveia natural são dois ingredientes fundamentais na dieta de um atleta, sendo que a proteína fornece ao atleta um vasto número de aminoácidos essenciais e a Aveia ajuda no controlo de apetite.

Nos desportos de endurance (BTT, Ciclismo, Triatlo, Atletismo, entre outros), a alimentação durante o exercício é fundamental. À meia dose de Wake Up Evolution (150ml de água e uma medida), poderá ser adicionado um ovo, levar ao lume, permitindo cozinhar panquecas ideais para serem consumidas ao longo do esforço, disponibilizando uma ótima e duradoura fonte de energia. **Wake Up Evolution, o seu pequeno almoço preferido!**

**Toma:** Juntar duas medidas (100 gramas) a 300ml de água, agitar e consumir de imediato.

Como forma de panquecas, basta adicionar um ovo inteiro a meia dose de produto (1 medida - 50g em 150ml de água). Colocar um pouco de gordura natural numa frigideira e colocar o batido aos poucos, até efectuar uma panqueca, embrulhar em papel prata e consumir ao longo do exercício.