TREC

FOOD SUPPLEMENT

SOLID MASS

HARDCORE GAINER FORMULA

VITAMIN COMPLEX

FOR MUSCLE MASS

1520 kcal IN DAILY PORTION

PER DAILY PORTION

320,96 g	55,12 g	80,00 mg
CARBOHYDRATE	PROTEIN	VITAMIN C

PROTEIN CONTRIBUTES TO A GROWTH IN MUSCLE MASS

1000 g NET WT. | **10** PORTIONS

PL INGREDIENTS: maltodextrins; whey protein concentrate (from **milk**); dextrose; rice starch; cacao powder for the chocolate flavour; acidity regulator for the strawberry flavour (citric acid); aromas; beetroot juice concentrate for the strawberry flavour; vitamin complex [vitamin C (L-ascorbic acid); niacin (nicotinamide); vitamin E (DL-alpha-tocopheryl acetate); pantothenic acid (calcium D-pantothenate); vitamin B6 (pyridoxine hydrochloride); riboflavin; thiamin (thiamin mononitrate); folic acid (pteroylmonoglutamic acid); biotin (D-biotin); vitamin B12 (cyanocobalamin)]; sweetener (sucralose); colour for the vanilla flavour (beta-carotene). The product may contain: **soybeans**, **cereals containing gluten**, **eggs**, **peanuts** and **nuts**. **WARNINGS:** Do not use the product as a substitute for a varied diet. Children, pregnant or nursing woman must not take the product. Varied and balanced diet and a healthy lifestyle are important. **RO SKŁADNIKI:** maltodekstryny; koncentrat białka serwatki (z **mleka**); dekstroza; skrobia ryżowa; kakao w proszku dla smaku czekoladowego; regulator kwasowości dla smaku truskawkowego (kwas cytrynowy); aromaty; koncentrat soku z buraka dla smaku truskawkowego; kompleks witamin [witamina C (kwas L-askorbinowy); niacyna (nikotynamid); witamina E (octan DL-Alfa-tokoferylu); kwas pantotenowy (D-pantotenian wapnia); witamina B6 (chlorowodorek pirydoksyny); ryboflawina; tiamina (monoazotan tiaminy); kwas foliowy (kwas pteroilomonoglutaminowy); biotyna (D-biotyna); witamina B12 (cyjanokobalamina)]; substancja słodząca (sukraloza); barwnik dla smaku waniliowego (beta-karoten). Produkt może zawierać: **soję**, **zboża zawierające gluten**, **jaja**, **orzeszki ziemne** i **orzechy**. **OSTRZEŻENIA:** Produkt nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety. Preparat nie jest przeznaczony dla dzieci, kobiet w ciąży oraz karmiących. Zrównoważona dieta i zdrowy tryb życia są ważne. **DE ZUTATEN:** Maltodextrine; Molkeneiweiß-Konzentrat (aus **Milch**); Dextrose; Reisstärke; Kakaopulver für den Schokoladengeschmack; Säureregler (Zitronensäure, bei Erdbeergeschmack); Aromen; Konzentrat aus Rote-Bete-Saft, bei Erdbeergeschmack; Vitamine-Komplex [Vitamin C (L-Ascorbinsäure); Niacin (Nicotinamid); Vitamin E (DL-Alpha-Tocopherylacetat); Panthothensäure (Calcium-D-Pantothenat); Vitamin B6 (Pyridoxinhydrochlorid); Riboflavin; Vitamin B1 (Thiaminmononitrat); Folsäure (Pteroylmonoglutaminsäure); Biotin (D-Biotin); Vitamin B12 (Cyanocobalamin)]; Süßungsmitteln (Sucralose); Farbstoffe (Beta-Carotin bei Vanillegeschmack). Das Produkt kann: **Sojabohnen**, **Glutenhaltiges Getreide**, **Eier**, **Erdnüsse** und **Schalenfrüchte** enthalten. **WARNHINWEIS:** Dieses Produkt sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Das Präparat ist nicht für Kinder oder Schwangere bzw. stillende Frauen geeignet. Ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig. **FR INGRÉDIENTS:** maltodextrines; concentré de protéines de lactosérum (du **lait**); dextrose; amidon de riz; cacao en poudre pour la saveur chocolat; regulateur d'acidité pour la saveur fraise (acide citrique); arômes; concentré du jus de betterave rouge pour la saveur fraise; complexe de vitamines [vitamine C (acide L-ascorbique); niacine (nicotinamide); vitamine E (acétate de DL-alpha-tocopheryle); acide pantothénique (D-pantothénate de calcium); vitamine B6 (chlorhydrate de pyridoxine); riboflavine; vitamine B1 (thiamine mononitrate); acide folique (acide pteroylmonoglutamique); biotine (D-biotine); vitamine B12 (cyanocobalamine)]; édulcorant (sucralose); colorant pour saveur vanille (bêta-carotène). Le produit peut contenir: **soja**, **céréales contenant du gluten**, **oeufs**, **arachides** et **fruits à coque**. **PRECAUTIONS:** Le produit ne doit pas être utilisé comme substitut d'un régime alimentaire équilibré et varié. Le produit n'est pas destiné aux enfants, aux femmes enceintes et allaitantes. Une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain sont importants.

ES INGREDIENTES: maltodextrinas; concentrado de proteínas del suero lácteo (de la **leche**); dextrosa; almidón de arroz; cacao en polvo para el sabor chocolate; corrector de acidez de sabor fresa (ácido cítrico); aromas; concentrado de zumo de remolacha de acidez de sabor fresa; complejo de vitaminas [vitamina C (ácido L-ascórbico); niacina (nicotinamida); vitamina E (acetato de DL-alfa-tocoferilo); ácido pantoténico (D-pantotenato de calcio); vitamina B6 (clorhidrato de piridoxina); riboflavina; vitamina B1 (mononitrato de tiamina); ácido fólico (ácido pteroilmonoglutámico); biotina (D-biotina); vitamina B12 (cianocobalamina)]; edulcorante (sucralosa); colorante de sabor vainilla (beta-caroteno). El producto contiene **leche**. Puede contener **soja**, **cereales que contengan gluten**, **huevos**, **frutos de cáscara**. **ADVERTENCIAS:** Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta variada y equilibrada. Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños. No recomendado para niños, mujeres embarazadas y durante la lactancia. Una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable son importantes. **NL INGREDIËNTEN:** maltodextrines; wei-eiwitconcentraat (uit **melk**); dextrose; rijstzetmeel; cacaopoeder voor de chocoladesmaak; zuurteregelaar voor de aardbeiensmaak (citroenzuur); aroma's; bietensapconcentraat voor de aardbeiensmaak; vitaminencomplex [vitamine C (L-ascorbinezuur); niacine (nicotinamide); vitamine E (DL-alfa-tocoferylacetaat); pantotheenzuur (calcium-D-pantothenaat); vitamine B6 (pyridoxinehydrochloride); riboflavine; vitamine B1 (thiaminemononitraat); foliumzuur (pteroylmonoglutaminezuur); biotine (D-biotine); vitamine B12 (cyanocobalamine)]; zoetstof (sucralose); kleurstof voor vanillesmaak (beta-caroteen). Het product kan: **soja**, **glutenbevattende granen**, **eieren**, **aardnoten** en **noten** bevatten. **WAARSCHUWINGEN:** Het product mag niet gebruikt worden als vervanging voor een gevarieerd dieet. Het product is niet bestemd voor kinderen, zwangere en borstvoedende vrouwen. Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. **IT INGREDIENTI:** maltodestrine; concentrato di proteine del siero (dal **latte**); destrosio; amido di riso; cacao in polvere per il gusto al cioccolato; regolatore di acidità per il gusto alla fragola (acido citrico); aromi; concentrato di succo di barbabietola per il gusto alla fragola; complesso di vitamine [vitamina C (acido L-ascorbico); niacina (nicotinamide); vitamina E (acetato di DL-alfa-tocoferile); acido pantotenico (D-pantotenato di calcio); vitamina B6 (cloridrato di piridossina); riboflavina; vitamina B1 (mononitrato di tiamina); acido folico (acido pteroil-monoglutammico); biotina (D-biotina); vitamina B12 (cianocobalamina)]; edulcorante (sucralosio); colorante per il gusto alla vaniglia (beta-carotene). Il prodotto può contenere: **soia**, **cereali contenenti glutine**, **uova**, **arachidi** e **frutta a guscio**. **AVVERTENZE:** Gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta variata. Non utilizzare in gravidanza, durante l'allattamento e nei bambini, o comunque per periodi prolungati, senza sentire il parere del medico. Una dieta varia ed equilibrata ed uno stile di vita sano sono importanti. **RU СОСТАВ:** мальтодекстрины; концентрат сывороточного протеина (из **молока**); декстроза; рисовый крахмал; какао-порошок; ароматы; витаминный комплекс [витамин С (L-аскорбиновая кислота); ниацин (никотинамид); витамин Е (ацетат DL-альфа-токоферола); пантотеновая кислота (D-пантотенат кальция); витамин B6 (пиридоксина гидрохлорид); рибофлавин; витамин B1 (тиаминка мононитрат); фолиевая кислота (птероилмоноглютаминовая кислота); биотин (D-биотин); витамин B12 (цианокобаламин)]; подсластители (сукралоза E 955). Содержит сахар и подслащающие вещества. **Содержит молоко**. Может содержать: **сою**, **зерна содержащие глютен**, **яйца**, **арахис** и **орехи**. **ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:** индивидуальная непереносимость ингредиентов БАД, беременность, кормление грудью. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом. Не следует превышать рекомендованную порцию в течение дня. Продукт нельзя применять в качестве заменителя полноценного питания. Продукт не предназначен для детей. Сбалансированная диета и здоровый образ жизни важны.

TREC

SERVING GUIDE

3,5x = 1 PORTION (100 g)

EN Net weight 1000 g SOLID MASS, Food supplement. With sugars and sweetener. **CARBOHYDRATE- AND PROTEIN-BASED GAINER FORMULA**. Recommended daily portion is 400 g. **RECOMMENDED USE:** Dissolve one serving of the product – 100 g (3,5 scoops) in 250 ml of water or milk; use a blender or a shaker. Take 4 servings daily. **On workout days:** 1st serving in the morning after getting up, 2nd serving up to 1,5 hours after workout, take the remaining servings between meals. **On non-workout days:** 1st serving in the morning after getting up, take the remaining servings between meals. Do not exceed the recommended daily dose. **BEST BEFORE END, LOT NUMBER:** See lower part of the package. **STORAGE:** Keep this packaging tightly closed in a dry place, at the temperature of 15–25°C. Keep out of reach of young children. Protect from light and moisture. After opening consume within 3 months.

PL Masa netto 1000 g SOLD MASS. Suplement diety. Zawiera cukier i substancję słodzącą. **FORMUŁA WĘGLOWODANOWO-BIAŁKOWA TYPU GAINER**. Zalecana porcja do spożycia w ciągu dnia to 400 g. **SPOSÓB UŻYCIA:** Jednorazową porcję produktu – 100 g (3,5 miarki) rozpuścić w 250 ml wody lub mleka; używajte do tego szejkera lub miksera. Stosować 4 porcje dziennie. **W dni treningowe:** I porcja tuż po przebudzeniu, II porcja do 1,5 godziny po treningu, pozostałe porcje pomiędzy posiłkami. **W dni nietreningowe:** I porcja tuż po przebudzeniu, pozostałe porcje pomiędzy posiłkami. Przechowywać w suchym pomieszczeniu, w temp. 15–25°C. **W PRZECHOWYWANIA:** Przechowywać w suchym pomieszczeniu, w zamkniętym opakowaniu, w temp. 15–25°C w sposób niedostępny dla małych dzieci. Chronić od światła i wilgoci. Po otwarciu spożyć w ciągu 3 miesięcy.

DE Netto-Gewicht 1000 g SOLID MASS. Nahrungsergänzungsmittel. Mit Zucker und Süssungsmittel. **KOHLENHYDRAT- UND EIWEISSGEMISCH VOM TYP GAINER**. Die empfohlene Tagesportion des Pulvers ist 400 g. **VERZEHRSEMPFEHLUNG:** Eine Portion des Pulvers – 100 g (3,5 Messlöffel) – mithilfe eines Shakers oder Mixers in 250 ml Wasser oder Milch auflösen. 4 Portionen täglich einnehmen. **An Trainingstagen:** Die erste Portion morgens nach dem Aufstehen, zweite innerhalb von 1,5 Stunden nach dem Training, die übrigen Portionen zwischen den Mahlzeiten einnehmen. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. **MINDESTENS HALTBAR BIS ENDE, LOSNUMMER:** Siehe die untere Packungsabschnitt. **LAGERUNG:** In trockenen Räumen von gleichbleibender Temperatur bei 15–25°C für kleinere Kinder unzugänglich aufbewahren. Vor Licht und Feuchtigkeit schützen. Nach dem Öffnen innerhalb von 3 Monaten verbrauchen.

FR Poids net 1000 g SOLID MASS. Complément alimentaire. Avec sucre et des édulcorants. **FORMULE PROTÉINO-GLUCIDIQUE DU TYPE GAINER**. Portion journalière recommandée du produit est 400 g. **MODE D'ADMINISTRATION:** Dissoudre chaque portion de produit – 100 g (3,5 doseters) dans 250 ml d'eau ou de lait en utilisant un shaker ou mixer. Utiliser 4 portions par jour. **Jours d'entraînement:** 1ère portion le matin au réveil, 1ètme portion 1,5 heure après l'entraînement, les autres portions entre les repas. **Jours de repos:** 1ère portion le matin au réveil, 1ètme portion 1,5 heure après le repas, les autres portions entre les repas. **A CONSOMMER DE PRÉFÉRENCE AVANT FIN, NUMÉRO DU LOT:** voir la partie d'emballage inférieure. **CONSERVATION:** Conserver dans un endroit sec, dans l'emballage fermé, à une température de 15–25°C. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Protéger de la lumière et de l'humidité. Après ouverture produit consommer sous 3 mois.

ES Peso neto 1000 g SOLID MASS. Complemento alimenticio a base de los glúcidos de cadena corta, media y larga y de concentrado de proteínas de suero lácteo, con azúcar y edulcorante. **FÓRMULA DE GLÚCIDOS Y PROTEÍNAS TIPO GAINER**. La dosis del producto recomendada para el consumo diario es de 400 g. **USO RECOMENDADO:** Disolver una dosis de porpagado – 100 g (3,5 cucharas) en 250 ml de leche o agua, usando licuadora o batidora. Tomar 4 dosis diarias. **En días de entrenamiento:** Primera dosis, por la mañana al despertarse; tomar las otras dosis entre comidas. No exceder la dosis diaria recomendada. **CONSUMIR PREFERENTEMENTE ANTES DEL FIN DE, NÚMERO DE LOTE:** Véase la parte inferior del paquete. **CONDICIONES DE ALMACENAMIENTO:** Almacenar en un envase cerrado, en un lugar seco a temperatura entre 15 y 25°C. Lejos del alcance de los niños más pequeños. Proteger de la luz y la humedad. Una vez abierto, consumir dentro de 3 meses.

NL Netto-gewicht 1000 g SOLID MASS. Voedingssupplement. Met suiker en zoetstof. **KOOLHYDRAT- EN EIWITRICH SAMENSTELLING VAN HET GAINER-TYPE**. Aanbevolen dagelijkse productportie is 400 g. **GEBRUIKSAANWIJZING:** Een portie van het product – 100 g (3,5 maatlepel) oplossen in 250 ml water of melk met behulp van een slabber of mixer. Je gebruiken 4 porties per dag. **Op trainingsdagen:** Ie porte inogeren na het opstaan, 2e portie het 1,5 uur na de training, overige porties tussen de maaltijden. **Op dagen zonder training:** Ie porte ontbeta op het ogstaan, overige porties tussen de maaltijden. Men dient de aanbevolen dagelijkse dosis niet te overschrijden. **TEN MINSTE HOUDBAAR TOT EINDE, NUMMER VAN DE PARTIJ:** Zie het onderste gedeelte verpakking. **WIJZE VAN BEWARING:** Bewaren op een droge plaats in een gesloten verpakking op een temperatuur van 15–25°C op een plaats waar kleine kinderen niet bij kunnen. Beschermen tegen licht en vocht. Na opening consumeren binnen 3 maanden.

IT Netto grammi 1000 g SOLID MASS. Integratore alimentare. Con zucchero ed edulcorante. **GAINER A BASE DI CARBOIDRATI E PROTEINE**. La dose giornaliera raccomandata è 400 g. **MODALITÀ DI ASSUNZIONE:** Miscelare una dose – 100 g (3,5 misurini) con 250 ml di acqua o latte, usando a tale scopo uno shaker oppure un frullatore. Assumere 4 dosi al giorno. **Nei giorni di allenamento:** La prima dose al mattino dopo il risveglio, altre dosi tra i pasti, la seconda dose entro mezza ora dall'allenamento, altre dosi tra i pasti. **Nei giorni senza allenamento:** La prima dose al mattino dopo il risveglio, altre dosi tra i pasti. Non superare la dose giornaliera consigliata. **DA CONSUMARSI PREFERIBILMENTE ENTRO FINE, NUMERO DEL LOTTO:** vedere la parte inferiore della confezione. **MODALITÀ DI CONSERVAZIONE:** Conservare in luogo asciutto a temperatura ambiente (15–25°C) nella confezione chiusa, tenere fuori dalla portata dei bambini e al sicuro dal sole e dall'umidità. Una volta aperto consumare entro 3 mesi. **Importato in Italia da:** NUTRI TRADE SRL - Milano, Inforgmantova.it.

Producer / Producent / Hersteller / Producteur / Fabricante / Producent / Producitor / Изготовитель: TREC NUTRITION Sp. z o.o., ul. Śmidowicza 48, 81-127 Gdynia, POLAND.

#TREC TEAM

401/9.23/C/GK/MWF

RU Масса нетто 1000 г SOLID MASS. Биологически активная добавка. Не является лекарством. **УГЛЕВОДНО-БЕЛКОВАЯ ФОРМУЛА ТИПА ГЕЙНЕР**. Рекомендованная дневная порция продукта – 100 г (3,5 мерных ложек) растворить в 250 мл воды или молока при помощи шейкера или миксера. Рекомендуется 4 порции в день. **В дни тренировок:** I порция с утра – после пробуждения, II порция – в течение 1,5 часов после тренировки, остальные порции между приемами пищи. **В дни без тренировок:** I порция с утра – после пробуждения, остальные порции между приемами пищи. Не следует превышать рекомендованную порцию в течение дня. **ГОДЕН ДО, НОМЕР ПАРТИИ:** см. нижняя часть упаковки. **УСЛОВИЯ ХРАНЕНИЯ:** хранить в сухом помещении в закрытой упаковке при температуре 15–25°С в недоступных для детей местах. Беречь от света и влаги. После открытия употребить в течение 3 месяцев.

EN/PL/DE/ES/NL/IT/RU

Nutrition value / Wartość odżywcza / Durchschnittliche Nährwerte / Valeur nutritionnelle / Información nutricional / Voedingswaarde / Valore nutritivo / Пищевая ценность	per/ w/ por/ pour/ en/ per/ per/ в	100 g/г
Energy / Wartość energetyczna / Energie / Energie / Valor energético/	400 g/г**	1520 kcal/кал
		380 kcal/кал
	6460 kJ/кДж	1615 kJ/кДж