



Sahur. Iftar. Tarawih: Ramadan Bertenaga dan Fokus!

Ramadan hari ini berlalu dengan sangat pantas. Sahur pada awal pagi, masa skrin yang panjang, dan rutin harian padat yang menjadi semakin pantas meskipun anda sedang berpuasa. Matlamat puasa anda? Kekal tajam, bertenaga dan terkawal dari sahur hingga iftar. Kekal sihat sepanjang bulan puasa. **Pilihan bijak. Tenaga berpanjangan.**



Sahur dengan Tenaga Stabil

Sahur menentukan rentak hari anda. Utamakan protein berbanding karbohidrat ringkas untuk tenaga dan fokus yang stabil. Memulakan sahur dengan **ESP dan Life Cinch®** membantu anda:

- ✓ **Rasa kenyang lebih lama**
- ✓ Mengekalkan **tenaga dan fokus yang stabil**
- ✓ Menyokong **otot tanpa lemak** ketika badan menyesuaikan diri dengan rutin berpuasa

Tambahkan protein dalam hidangan sahur untuk mengelakkan rasa lesu dan ketika iftar untuk mengelakkan makan secara berlebihan.



Iftar dengan Hidrasi Aktif

Dehidrasi ketika berpuasa sering tidak disedari sehingga keletihan dan kabut otak mula dirasai. Hidrat semula badan dengan bijak ketika iftar. **Performance™ dengan elektrolit OPTI-LYTE™** membantu:

- ✓ **Mengembalikan semula cecair** yang hilang selepas seharian berpuasa
- ✓ Kekal **terhidrat** dan **peka** untuk kerja, tarawih dan masa bersama keluarga
- ✓ Menyokong senaman ringan dan malam yang **aktif**



Tarawih dengan Fokus dan Tenang

Apabila malam menjelang, dari tarawih hingga lebih, keletihan sering hadir bersama keinginan untuk makan. Nikmati **Cinch® Tea** pada waktu malam membantu anda:

- ✓ **Mengawal keinginan makan lewat malam**
- ✓ Menyokong **kepekaan** dan fokus
- ✓ Menyokong lebih yang lebih **tenang**

