



# HERBALIFE®

**Muscle Strength and Recovery** is specially formulated for those involved in muscle mass development programs, and is also ideal for post workout recovery. Each serving of this exclusive formulation delivers 30g of protein for energy and muscle rebuilding, and contains Aminogen®, which is known to help digest proteins. This product is high in nutrients, with 24 vitamins and minerals in every serving, and contains a complete set of essential amino acids. Muscle Strength and Recovery's unique formulation helps maintain a healthy lean body mass, making your workouts more efficient.

**DIRECTIONS:** Blend ¼ cup of Muscle Strength and Recovery with 12 fl. oz. of water, milk or your favorite beverage. For general use, drink twice daily. For optimum results, drink within 45 minutes of finishing your workout.

**NOTICE:** Use this product as a food supplement only. Do not use for weight reduction.

**EXCLUSIVE FORMULATION** Protomiosin is Herbalife's exclusive protein blend of isolated soy protein, caseinate, whey protein concentrate, egg albumin, and the amino acid L-glutamine. Protomiosin has a Protein Digestibility Corrected Amino Acid (PDCAA) score of 1.00 which is the highest score for labeling protein quality and is ideal for human muscle growth. This is the U.S. Government's reference standard for evaluating protein quality. Utilization is further enhanced by the addition of Aminogen®, a phytoenzyme system that accelerates the digestion of complex proteins into di- and tri-peptides and free amino acids for rapid uptake by the digestive system and muscle.

Muscle Strength and Recovery contains Herbalife's unique carbohydrate complex blend, which is used to provide energy for exercising and rebuilding muscle and as a protein-sparing nutrient during peak muscle exertion. It is specially formulated to contain medium chain glucose polymers, for rapid uptake and utilization without creating the danger of a rebound effect which can occur in glucose-based formulas. Muscle Strength and Recovery is designed for improving strength and muscle growth, and can be used in conjunction with other Herbalife® products. See your local distributor for more information.

**MORE INFORMATION PROVIDED ON NUTRITIONAL FACTS PANEL**  
Also provides per serving:

Choline	80mg
Ornithine Alpha Ketoglutarate	20mg
Potassium Glycerophosphate	20mg
Aminogen® enzymes	200mg
Medium Chain Triglycerides	400mg
L-carnitine	50mg
Essential Amino Acids per 60g serving:	
Isoleucine	1457mg
Leucine	2628mg
Lysine	2110mg
Methionine	616mg
Phenylalanine	1566mg
Threonine	1457mg
Tryptophan	379mg
Valine	1626mg

†Aminogen® is a registered trademark of Triarco Industries and is protected by U.S. Patent No. 5,387,422.

**Fuerza y Recuperación Muscular** está especialmente formulado para aquellas personas involucradas en programas de desarrollo de masa muscular, y también es ideal para la recuperación después del entrenamiento. Cada porción de esta fórmula exclusiva otorga 30g de proteína para dar energía y reconstruir músculo, y contiene Aminogen® para ayudar a digerir las proteínas. Este producto es rico en nutrientes, con 24 vitaminas y minerales en cada porción, y además contiene una serie completa de aminoácidos esenciales. La fórmula exclusiva de Fuerza y Recuperación Muscular ayuda a mantener una masa corporal magra saludable, y a que sus entrenamientos sean más eficientes.

**INSTRUCCIONES:** Mezcle ¼ taza de Fuerza y Recuperación Muscular con 12 oz. líq. de agua, leche o su bebida favorita. Para uso general, tómelo dos veces diarias. Para óptimos resultados, tómelo dentro de los 45 minutos después de haber terminado su entrenamiento.

**AVISO:** Use este producto sólo como suplemento alimenticio. No lo use para bajar de peso.

**FÓRMULA EXCLUSIVA** Protomiosina es una mezcla de proteína exclusiva de Herbalife que consiste de una combinación de proteína de soya aislada, caseinato, concentrado de suero de leche, claras de huevo y el aminoácido L-glutamina. La protomiosina tiene una calificación de 1.00 en la lista de Aminoácidos Corregidos por Digestibilidad Proteínica (PDCAA), la cual es una de las más altas calificaciones de calidad proteínica y es ideal para el crecimiento muscular humano. Esta es la norma de referencia del gobierno de EUA para evaluar la calidad de la proteína. Su utilización se mejora aun más al agregar Aminogen®, un sistema de fitoenzima que acelera la digestión de proteínas complejas en dipéptidos y tripéptidos, y aminoácidos libres para que los músculos y el sistema digestivo absorban las proteínas rápidamente.

Fuerza y Recuperación Muscular contiene una exclusiva mezcla compleja de carbohidratos de Herbalife, la cual es usada para proporcionar energía durante el ejercicio y para reconstruir los músculos, y como un nutriente conservador de proteína durante un esfuerzo muscular máximo. Está especialmente formulado para contener polímeros de glucosa de cadena mediana para una rápida absorción y utilización sin crear el nocivo efecto rebote que puede ocurrir en fórmulas a base de glucosa.

Fuerza y Recuperación Muscular está diseñado para mejorar el fortalecimiento y crecimiento muscular, y puede ser usado junto con otros productos Herbalife®. Contacte a su Distribuidor local para más información.

**MÁS INFORMACIÓN EN EL PANEL DE DATOS NUTRIMENTALES**  
También otorga lo siguiente por porción:

Colina	80mg
Ornitina Alfa Ketoglutarato	20mg
Glicerofosfato de Potasio	20mg
Enzimas de Aminogen®	200mg
Triglicéridos de Cadena Media	400mg
L-Carnitina	50mg
Aminoácidos esenciales en una porción de 60g:	
Isoleucina	1457mg
Leucina	2628mg
Lisina	2110mg
Metionina	616mg
Fenilalanina	1566mg
Treonina	1457mg
Triptófano	379mg
Valina	1626mg

†Aminogen® es una marca registrada de Triarco Industries y está protegida por la Patente de EUA No. 5,387,422.



# MUSCLE STRENGTH & RECOVERY

## FUERZA Y RECUPERACIÓN MUSCULAR

30g PROTEIN PER SERVING | PROTEÍNA POR PORCIÓN

NET WEIGHT / PESO NETO:  
38.1 oz (2 lbs 6.1 oz) 1080g

PROTEIN DRINK | BEBIDA PROTEICA

CHOCOLATE

### Nutrition Facts Datos Nutrimtales

Serving Size: ¼ Cup (60g) • Porción ¼ Taza (60g)  
Servings Per Container: 18 • Porciones por envase: 18

Amount Per Serving • Cantidad por Porción

Calories • Calorías 210

Calories from Fat • Calorías de Grasa 10

% DV\* • % VD\*

Total Fat • Grasa Total 1g 2%

Saturated Fat • Grasa Saturada 0g 0%

Trans Fat • Grasa Trans 0g

Cholesterol • Colesterol <5mg 1%

Sodium • Sodio 310mg 13%

Potassium • Potasio 430mg 12%

Total Carbohydrate • Carbohidrato Total 21g 7%

Dietary Fiber • Fibra Dietética 1g 4%

Sugars • Azúcar 13g

Protein • Proteína 30g 60%

Vitamin A • Vitamina A 50%

Vitamin C • Vitamina C 50%

Calcium • Calcio 50%

Iron • Hierro 50%

Vitamin D • Vitamina D 50%

Vitamin E • Vitamina E 50%

Vitamin K • Vitamina K 50%

Thiamin • Tiamina 50%

Riboflavin • Riboflavina 50%

Niacin • Niacina 50%

Vitamin B6 • Vitamina B6 50%

Folate • Ácido Fólico 30%

Vitamin B12 • Vitamina B12 50%

Biotin • Biotina 50%

Pantothenic Acid • Ácido Pantoténico 50%

Phosphorus • Fósforo 50%

Iodine • Yodo 50%

Magnesium • Magnesio 50%

Zinc • Cinc 50%

Selenium • Selenio 40%

Copper • Cobre 25%

Manganese • Manganeso 50%

Chromium • Cromo 40%

Molybdenum • Molibdeno 80%

\*Percent daily values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs. • \* Porcentaje de Valores Diarios (%VD) se basa en una dieta de 2,000 calorías diarias. Sus valores diarios pueden ser más altos o más bajos dependiendo de sus necesidades calóricas.

Calories • Calorías	2,000	2,500
Total Fat • Grasa Total	Less Than • Menos de 65g	80g
Sat. Fat • Grasa Sat.	Less Than • Menos de 20g	25g
Cholesterol • Colesterol	Less Than • Menos de 300mg	300mg
Sodium • Sodio	Less Than • Menos de 2,400mg	2,400mg
Potassium • Potasio	3,500mg	3,500mg
Total Carb. • Carb. Totales	300g	375g
Dietary Fiber • Fibra Dietética	25g	30g
Protein • Proteína	50g	65g

Calories per gram • Calorías por gramo:  
Fat • Grasa 9 Carbohydrates • Carbohidratos 4 Protein • Proteína 4

**INGREDIENTS:** Soy Protein Isolate, Calcium Caseinate, Maltodextrin, Fructose Powder, Dextrose, Cocoa Powder, Artificial Vanilla Flavor, Whey Protein Concentrate, Tricalcium Phosphate, Medium Chain Triglycerides, Magnesium Oxide Powder, Dipotassium Phosphate, Honey Powder, Proteases Derived from *Aspergillus niger* and *Aspergillus oryzae* (from Aminogen®), Choline Bitartrate, Potassium Citrate, Egg Albumin Solids Powder, L-Carnitine Hydrochloride, L-Glutamine, Beta Carotene, Soy Lecithin, Ascorbic Acid, dl-Alpha Tocopheryl Acetate, Sucralose Powder, Molybdenum Amino Acid Chelate, Ornithine Alpha Ketoglutarate, Potassium Glycerophosphate, Biotin, Selenium Amino Acid Chelate, Ferrous Fumarate, Niacin, Manganese Amino Acid Chelate, Zinc Oxide, D-Calcium Pantothenate, Potassium Iodide, Retinyl Palmitate, Vitamin K, Copper Sulfate, Astragalus Root Powder, Eleutherococcus Root Extract, Pyridoxine Hydrochloride, Riboflavin, Thiamine Hydrochloride, Chromium Nicotinate, Cyanocobalamin, Ergocalciferol and Folic Acid. **CONTAINS MILK, EGG AND SOYBEAN INGREDIENTS.**

**INGREDIENTS:** Proteína Aislada de Soya, Caseinato de Calcio, Maltodextrina, Fructosa, Dextrosa, Cacao en Polvo, Sabor de Vainilla Artificial, Proteína de Suero Concentrado, Fosfato Tricálcico, Triglicéridos de Cadena Mediana, Óxido de Magnesio en Polvo, Fosfato de Dipotasio, Polvo de Miel, Proteasas derivadas del *Aspergillus niger* y *Aspergillus oryzae* (de Aminogen®), Bitartrato Colina, Citrato de Potasio, Polvo Sólido de Albúmina de Huevo, Hidrocloruro de L-Carnitina, L-Glutamina, Beta Caroteno, Lecitina de Soya, Ácido Ascórbico, Acetato de dl-Alfa Tocoferol, Polvo de Sucralosa, Aminoácido Quelato de Molibdeno, Ornitina Alfa Ketoglutarato, Glicerofosfato de Potasio, Biotina, Aminoácido Quelato de Selenio, Fumarato Ferroso, Niacina, Aminoácido Quelato de Manganeso, Óxido de Cinc, Pantotenato de Calcio D, Yodo de Potasio, Palmitato de Retinol, Vitamina K, Sulfato de Cobre, Polvo de Raíz Astragalus, Extracto de Raíz de Eletherococcus, Clorhidrato de Piridoxina, Riboflavina, Clorhidrato de Tiamina, Nicotinato de Cromo, Cianocobalamina, Ergocalciferol y Ácido Fólico. **CONTIENE INGREDIENTES DE LECHE, HUEVO Y SOYA.**

Formulated exclusively for • Formulado exclusivamente para:  
**HERBALIFE INTERNATIONAL OF AMERICA, INC.**  
800 W. Olympic Blvd., Suite 406, Los Angeles, CA 90015 U.S.A.  
MADE IN U.S.A. • HECHO EN EUA ©2009 HERBALIFE

Fuentes Mixtas  
Grupo de productos de bosques bien  
manejados, fuentes controladas  
www.fsc.org Cert. no. SW-COC-00343  
© 1996 Forest Stewardship Council



Mixed Sources  
Product group from well-managed  
forests controlled sources and  
www.fsc.org Cert. no. SW-COC-00343  
© 1996 Forest Stewardship Council

