

PYTANIA	ZDECYDOWANIE NIE	RACZEJ NIE	RACZEJ TAK	ZDECYDOWANIE TAK
<b>STYL ŻYCIA</b>				
CZY JESTEŚ OSOBĄ AKTYWNĄ FIZYCZNIE?	0	1	2	3
CZY PODCZAS WYKONYWANIA PRACY JESTEŚ NARAŻONY NA KONTUZJE?	0	1	2	3
CZY UPRAWIASZ SPORT CO NAJMNIEJ 3 RAZY W TYGODNIU?	0	1	2	3
CZY ROBISZ PRZYNAJMNIEJ 10 000 KROKÓW DZIENNIE?	0	1	2	3
CZY ZNAJDUJESZ CZAS NA ODPOCZYNEK I REGENERACJĘ PO WYSIŁKU?	0	1	2	3
<b>DIETA</b>				
CZY TWOJA DIETA JEST BOGATA W PRODUKTY POCHODZENIA ZWIERZĘCEGO TAKIE JAK GALARETY MIĘSNE I PODROBY?	0	1	2	3
CZY CZĘSTO JESZ OWOCE I WARZYWA BOGATE W WITAMINĘ C, NP. TRUSKAWKI, MALINY, PORZECZKI, PAPRYKĘ, NATKĘ PIETRUSZKI, SZPINAK?	0	1	2	3
CZY JESZ KAŻDEGO DNIA ZDROWE TŁUSZCZE ROŚLINNE, NP. ORZECHY, AWOKADO, NASIONA CHIA, OLIWĘ Z OLIVEK?	0	1	2	3
<b>SAMOPOCZUCIE</b>				
CZY CZĘSTO ODCZUWASZ BÓLE KOSTNO-STAWOWE?	3	2	1	0
CZY W CIĄGU OSTATNICH 3 LAT DOZNAŁEŚ KONTUZJI LUB ZŁAMAŁEŚ KOŚĆ?	0	1	2	3
CZY TWOJA SKÓRA JEST JĘDRNA, NAPIĘTA I DOBRZE NAWILŻONA?	0	1	2	3
CZY TWOJE WŁOSY, SKÓRA I PAZNOKCIE SĄ W DOBREJ KONDYCJI?	0	1	2	3
CZY W OSTATNIM CZASIE ZAUWAŻYŁEŚ U SIEBIE SPADEK KONCENTRACJI I ENERGII DO DZIAŁANIA?	3	2	1	0
CZY W OSTATNIM CZASIE NA TWOIM CIELE POJAWIŁY SIĘ ROZSTĘPY?	3	2	1	0

# NUTRICODE

LICZBA PUNKTÓW	ODPOWIEDZI
0-10	Potrzebujesz natychmiastowego wsparcia! Ciężka praca i aktywność fizyczna powodują, że Twoje stawy nie są w najlepszej kondycji, a Ty nie czujesz się w pełni sił. Znajdź więcej czasu na regenerację po ciężkim dniu oraz wprowadź suplementację, która poprawi kondycję stawów i kości – świetnie sprawdzi się tutaj Collagen Pro Flex Strength System.
11-18	Niestety, wszystko wskazuje na to, że Twoje kości i stawy nie są w najlepszej kondycji. Bóle pleców, kolan, krzyża – brzmi znajomo? Wprowadź do swojej diety więcej produktów bogatych w kolagen i witaminę C. Nie zapominaj także o żywności będącej źródłem antyoksydantów i pomyśl o wsparciu swojej diety odpowiednim suplementem.
19-25	Jest niezłe! Widać, że starasz się zachować dobrą kondycję stawów i kości. Pamiętaj o tym, że odpowiednia ilość ruchu oraz zdrowa i zbilansowana dieta są sprzymierzeńcami układu kostno-stawowego! Jeśli nadal chcesz zachować świetną formę, rozważ wsparcie organizmu doskonale przyswajalnym produktem z kolagenem i antyoksydantami.
26-32	Gratulacje, Twoje stawy i kości są w świetnej kondycji! Trzymaj tak dalej i dbaj o siebie. Pamiętaj o tym, że zdrowy styl życia jest najlepszym sposobem na zachowanie dobrego samopoczucia.

