

PANSPORT

BILTEN

NAPOMENA: Pansport zadržava pravo korekcije cena i izmene akcijske ponude. Akcije važe dok traju zalihe.

BESPLATAN PRIMERAK

IZDANJE MAJ-JUN 2020



PAN SPORTOVI
MINA DAMJANOV
TRENING ZA NOGE
U KUĆNIM
USLOVIMA

PAN INTERVJU
MIKLOŠ MIKI
MIHAJLOVIĆ

SNAGOM VOLJE DO TITULE
SVETSKOG PRVAKA

PAN
RECEPTI
BEZ GRIŽE
SAVESTI

NOVI UKUSI
POWER
PROIZVODA



PANSPORT
www.pansport.eu

Bilten pišu...



Dr. Slaviša Stojić - lekar,
savetnik za ishranu



Boban Šaranović
Dvostruki balkanski
šampion u pauerliftingu



Vuk Čelić
Šampion države u plivanju



Mina Damjanov
Personalni trener i
savetnik za ishranu



Dr. Aleksandra Branković
Lekar, savetnik za sportske
povrede

PANSPORT U VANREDNOM STANJU

U martu nas je sve iznenadila pandemija virusa covid-19.

Kao i uvek poslovali smo odgovorno, preduzeli smo sve mere zaštite, redovno pratili situaciju, a naši proizvodi su sve vreme dostupni kupcima putem porudžbina preko naše internet stranice i telefonom.

Ponosni smo na naš tim, jer je fleksibilnost u kriznim situacijama merilo jačine sistema.



PORUČITE

PUTEM ONLINE PRODAVNICE

www.pansport.eu

ILI PUTEM TELEFONA

021/820-555
062/111-0-999

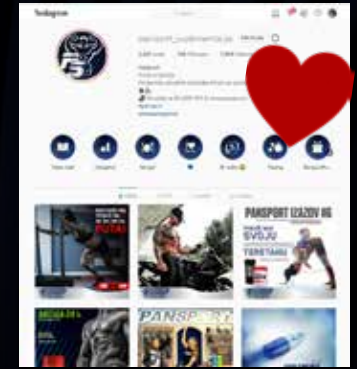
KUPUJ BEZBEDNO I

#OSTANIFITKODKUĆE

Pratite nas na oficijalnoj
facebook fan stranici!
www.facebook.com/Pansport
i na instagram profilu
[@pansport_suplementacija](https://www.instagram.com/pansport_suplementacija)
i učestvujte u
nagradnim igrama

Instagram

@pansport_suplementacija



SADRŽAJ		
4-5	Izdajamo iz ponude	
6	PAN RECEPTI	
	Čoko kocke	
	Snikers kuglice	
7	PAN SPORTOVI	
	Mina Damjanov - Trening za noge u kućnim uslovima	
8-9	PANPOWER	
10-11	Novo iz PANSPORT-a	
	BladeSport Collagen	
	Biotech USA Vitamin C1000	
12-13	PAN intervju	
	Mikloš Miki Mihajlović	
14-18	Preporučeno iz PANSPORT-a	
	Natrol - Easy C 500 mg Vege	
	SAN Nutrition	
	PH-Modified Creatine	
	Tribuvar 1000	
	6Pak Nutrition - Vitamin Cod 1000 mg	
	Amix - Multi Mega Sport Stack	
	Inkospor - Mineral Light	

PANSPORT FORUM

www.pansport.rs/forum



Zajedno rešavamo sve vaše nedoumice u vezi sa ishranom, suplementacijom, treningom. Takođe, pomoći ćemo vam da nađete najbolje rešenje za lečenje sportskih povreda. Uz naše savete i diskusijom sa drugim forumašima, put do ostvarenja vaših ciljeva biće znatno olakšan.

**Pomerite granice i napredujte uz savete
Bobana Šaranovića.**

**Ishrana i zdravlje uvek na prvom mestu uz savete
našeg dr Slaviše Stojića.**

**Kako rešiti probleme oko povreda, ublažiti bol ili
ga skroz otkloniti? Za sve vaše nedoumice oko
povreda tu je naša doktorka Aleksandra Branković.**



TIM PANSPORT FORUMA



Toljan Kozma
glavni administrator foruma

Istaknuti članovi forum tima:



Boban Šaranović
Powerlifting



Slaviša Stojić
Lekar - savetnik za ishranu



Aleksandra Branković
Specijalista Sportske medicine

Ostali članovi forum tima: Dušan Miletić, Simo Boltić, Jelena Đukić, Miša Nenковиć, Stamen Randelović, Miki Mihajlović.

PRUŽITE VAŠIM VEŽBAČIMA SPECIJALNI TRETMAN

...prezentacije i takmičenja...

...brendiranje vaše teretane.
I još mnogo toga!

...i još mnogo toga...

Frizider sa
energetskim i
proteinskim
čokoladicama i
napicima...

POSTANITE DEO PANSPORT TIMA I UNAPREDITE SVOJE POSLOVANJE.

Kontakt: prodaja@pansport.eu ili 021/820-243, lok. 112

NUTREX LIPO-6 BLACK

ULTRA KONCENTRISANO SUPER MOĆNO SREDSTVO ZA GUBITAK MASTI

Lipo 6 Black je moćna podrška gubitku suvišnih kilograma. U pitanju je multikomponentan stimulansni sagorevač masti koji će vam pomoći u smislu veće budnosti, fokusa i energije. Takođe će vam pomoći u regulisanju gladi, metabolizma kao i u ubrzanom sagorevanju postojećih masti. Njegova nadmoć nad drugim proizvodima sličnih karakteristika se ogleda u tome što se sve to nudi u obliku brzoapsorbujuće tečne kapsule, čime dobijate maksimum iz ovog moćnog proizvoda.

Preporučena upotreba: Popiti 1 kapsulu u toku dana (najbolje ujutru), najmanje sat vremena pre obroka. Ukoliko se kapsula popije kasnije u toku dana, voditi računa da to bude najmanje 6 časova pre odlaska na spavanje.

BIOTECH USA 100 % MICRONIZED CREATINE MONOHYDRATE

ČIST KREATIN MONOHIDRAT ZA POVEĆANJE MIŠIĆNE SNAGE I IZDRŽLJIVOSTI

Kreatin monohidrat je već dobro poznata komponenta svima koji žele više snage i izdržljivosti. On po svom sastavu uspešno vrši obnovu ATP-a što mišićima daje više snage. Osim toga dovodi do većih obima mišića jer volumizira mišićnu čeliju. Obzirom da je mišić pomoću kreatina hidriran, lakše ugrađuje i hranljivu materiju.

Preporučena upotreba: Uzimati jednu porciju (3,4 g) dnevno sa 300 ml vode ili drugog napitka po vašoj želji. Tokom dana popiti najmanje još 2 l vode.

SCITEC NUTRITION MEGA GLUCOSAMINE - 1000MG / MEGA MSM - 800MG

OLAKŠAVANJE BOLA I ZAŠTITA HRŠKAVICE

Glukozamin ulazi u sastav većine tkiva, ali je najznačajniji po tome što predstavlja komponentu vezivnog tkiva. Ima povoljne efekte na stvaranje i očuvanje zglobne hrskavice, deluje i protivupalno.

MSM je neophodan za stvaranje glavnog elementa hrskavice koji oblaže zglobove. Utiče na ublažavanje bola kod osteoartritisa, reumatidnog artritisa, hroničnih glavobolja i bolova u leđima tako što usprava prenos impulsa bola kroz nervna vlakna.

Preporučena upotreba Mega Glucosamine 1000mg: Jedna kapsula dva puta dnevno, pre jela.

Preporučena upotreba Mega MSM 800mg: Tri puta dnevno po jedna kapsula, pre jela.

NATROL - SUPLEMENTI ZA BOLJE OPŠTE ZDRAVLJE

MY FAVORITE MULTIPLE® ENERGIZER sadrži 23 vitamina i minerala i predstavlja idealnu kombinaciju vitamina, minerala, antioksidanata i biljnih ekstrakata za poboljšanje i održanje dobrog opšteg zdravlja.

OMEGA-3 FISH OIL potpomaže održavanje zdravlja srca, odličan je izvor Omega-3 masnih kiselina EPA i DHA, sadrži MEG-3® riblje ulje,

HIGH CAFFEINE povećava snagu i energiju, ubrzava gubitak masti, poboljšava performanse, stimuliše centralni nervni sistem.

EASY-C za jači imunitet i vitalnost organizma. Formula obogaćena bioflavonoidima citrusa, moćnim antioksidansima koji pojačavaju dejstvo vitamina. 100% vegetarijanski proizvod.

TWINLAB DUALTABS

DVOSLOJNE VITAMINSKO-MINERALNE TABLETE SA POSTEPENIM OSLOBADANJEM

DualTabs multiformula predstavlja nov koncept u suplementaciji. Svaka tableta se sastoji od dva sloja. Jedan sadrži liposolubilne vitamine (rastvorljive u mastima) sa postepeno razlažućim hidrosolubilnim vitaminima (rastvorljivim u vodi), a drugi sloj sadrži brzoapsorbujuće minerale i kompleks za lakše varenje i bržu apsorpciju. Na ovaj način se postiže stalno prisustvo vitamina u krvotoku, pa ih nije potrebno uzimati više od dva puta dnevno. Ukoliko se bavite sportom, rekreativno ili profesionalno, Vašem telu je potrebna veća količina vitamina i minerala nego prosečnom čoveku, što je takođe veoma teško izvodljivo izvesti samo ishranom.

Preporučena upotreba: Odrasli 1 tableta dnevno posle jela.

BIOTECH USA HYPER MASS

PREPARAT ZA POVEĆANJE TELESNE TEŽINE I MIŠIĆNE MASE

Hyper mass je proizvod koji će obradovati one koji teško dobijaju na masi. Njegov sastav čine u većem procentu ugljeni hidrati, u pitanju je "TriCarbo matrix" (maltodekstrin, inulin, kukuruzni škrob) kao pažljivo odabrani sastojci. Osim toga za prehranu i oporavak mišića ovaj proizvod sadrži zadovoljavajuću dozu proteina. A kao podrška snazi i izdržljivosti u dnevnoj dozi Hyper mass- a dobijate čak 6,5 g mikronizovanog kreatin-monohidrata. Ukratko rečeno - kompletna podrška na putu do veće mase.

Preporučena upotreba: razmutiti 1 mericu praška u 450 ml vode. U danima treninga, popiti jedan napitak ujutro, a drugi odmah posle treninga. Ostalim danima popiti jednu porciju ujutro, a drugu uveče.

Ukus: čokolada, jagoda i vanila.

SAN NUTRITION GLUCOSAMINE CHONDROITIN WITH MSM

ZA VEĆU FLEKSIBILNOST I MOBILNOST

Glukozamin hondroitin sa MSM-om doprinosi ne samo mobilnosti, već i očuvanju zdravih zglobova. Glukozamin i hondroitin deluju sinergijski smanjujući ukočenost zglobova i povećavajući snagu i oporavak ligamenata i tetiva. Koristeći ovaj proizvod, ukočenost zglobova vas neće sprečiti da radite više i jače, a njihov oporavak znači više snage na duge staze. Glukozamin hondroitin sa MSM je podrška za izgradnju čvrste osnove bez obzira na sport kojim se bavite.

Preporučena upotreba: Uzeti 3 puta 1 tabletu dnevno, uz obrok.

SCITEC NUTRITION AMINO 5600

SPEKTAR AMINO KISELINA ZA OPORAVAK, ZAŠTITU MIŠIĆA, IZGRADNJU MIŠIĆNE MASE

Amino 5600 predstavlja celokupan spektar amino kiselina proizvedene iz visokokvalitetnog proteina surutke za maksimalnu podršku izgradnji mišića i njihovoj zaštiti od razgradnje tokom dužih treninga ili dijeta. Ukoliko imate naporene i duge treninge, rizikujete da izgubite mišićnu masu a sa druge strane poljuljana je telesna ravnoteža i Vašem telu je potreban brz oporavak, stoga suplementi na bazi amino kiselina treba da budu na vrhu Vaše suplement liste.

Preporučena upotreba: Uzeti jednu dozu (4 tablete) pre ili posle treninga ili pre odlaska na spavanje.

SCITEC NUTRITION MEGA ARGININE

1300 mg ARGININA PO KAPSULI

Podstiče širenje krvnih sudova, stimuliše lučenje hormona rasta, održava mišiće u anabolizmu. Preparati koji sadrže l-arginin pojačavaju produkciju NO, koje daju poznati osećaj napumpanosti u muskulaturi. Pomaže kod problema sa potencijom, kod muškaraca kod kojih je ona prouzrokovana lošom prokrvljenošću genitalnog regiona.

Preporučena upotreba: Uzeti 1 kapsulu 30 min pre treninga.

SCITEC NUTRITION 100% CREATINE MONOHYDRATE

POVEĆANJE SNAGE, ENERGIJE, IZDRŽLJIVOSTI

100 % Creatine Monohydrate je vrhunske čistoće, i sadrži jednu od najproučavanijih formi kreatina. Kreatin, naučno dokazano, povećava performanse kako kod eksplozivnih sportova i treninga visokog intenziteta tako i kod treninga sa opterećenjem. Dovodi do povećanja snage i izdržljivosti, te je jedan od suplemenata broj 1 kada je u pitanju izgradnja mišićne mase.

Preporučena upotreba: Uzeti jednu porciju dnevno na prazan stomak nakon treninga. Piti 400 ml tečnosti. Potrudite se da unosite dovoljno tečnosti prilikom konzumiranja kreatina.

UNIVERSAL NUTRITION FAT BURNERS

KVALITETAN, BEZSTIMULANSNI, SAGOREVAČ MASTI U TABLETAMA

Universalov Fat burner je jedan od bezstimulansnih sagorevača masti koji je pogodan za sve one koji ne smeju ili ne žele da koriste neki od stimulansa.

U svom sastavu sadrži: holin, inozitol i hrom koji će na sasvim blag i neagresivan način pomoći vašem sagorevanju masti. Obzirom da na putu mršavljenja telo trpi, imate više treninga, smanjen kalorijski unos, ovaj proizvod je tu da sve to olakša, da energiju na treninzima trošite iz postojećih masti i da ubrza proces sagorevanja.

Preporučena upotreba: Uzimati jednu dozu (2 tablete) dnevno sa čašom omiljenog napitka

SCITEC NUTRITION CARNI X

PODIŽE ENERGETSKI NIVO ORGANIZMA

Kapsule sa 500 mg L-karnitina za ubrzano sagorevanje masnih naslaga tokom treninga, podiže energetski nivo organizma, odličan je pre aerobnog treninga. Pomaže normalan rad srčanog mišića, sprečava nagomilavanje mlečne kiseline u mišićima, poboljšava snabdevanje kiseonikom povećavajući tako izdržljivost i odlažući pojavu zamora mišića. Najbolje efekte na redukciju masnih naslaga daje pri visokoproteinskoj dijeti i redovnom vežbanju, posebno aerobnih aktivnosti poput trčanja, vožnje biciklom, te svih vrsta aerobika.

Preporučena upotreba: 1 kapsula sa vodom 20 do 30 min pre treninga.

SCITEC NUTRITION BCAA X

ZA IZGRADNJU I OČUVANJE MIŠIĆNE MASE

Osnovu Scitec-ovog preparata BCAA X, čine BCAA (branched chain amino acid) koje predstavljaju razgranate aminokiseline, u koje se ubrajaju L-valin, L-leucin i L-izoleucin koje se ubrajaju u red esencijalnih aminokiselina. U slučaju izlaganja organizma pojačanom fizičkom naporu ili pak pri njihovom nedovoljnom unosu putem ishrane, dolazi do razgradnje mišićne mase. BCAA X ima snažno anaboličko dejstvo, povećava sintezu proteina i utiče na prirodno povećanje produkcije hormona. Ujedno je i antikatabolik, jer prisutne aminokiseline L-izoleucin, L-leucin i L-valin sprečavaju razgradnju mišićne mase i obezbeđuju potrebnu energiju ćelijama.

Preporučena upotreba: Uzimati 1-3 doze dnevno, pre i posle treninga i u vreme katabolizma (npr. pre spavanja).

SCITEC NUTRITION MEGA GINSENG

80 % GINSENOZIDA PO KAPSULI

Za poboljšanje mentalnih i fizičkih mogućnosti, povećava otpornost na stres, uravnotežuje funkcije organizma. Utvrđeno je da je važno uzimati dovoljno velike doze žen-šena za pozitivne učinke na sportiste. Pojačava funkciju pluća tako što povećava koncentraciju kiseonika u tkivima, čime se kontroliše stvaranje mlečne kiseline i značajno smanjuje proces anaerobne glikolize. Time se štede mišići, mišićni umor nastupa znatno kasnije i manje je izražen, a oporavak je mnogo brži

Preporučena upotreba: Uzeti 1 kapsulu dnevno, najbolje uz obrok.

UNIVERSAL NUTRITION DAILY FORMULA

KOMPLEKS VITAMINA I MINERALA

Multivitaminke tablete sa svim potrebnim vitaminima, mineralima i oligoelementima u dnevnoj količini, sa dodatkom digestivnih enzima. Preporučuju se praktično svakome, jer većina nas ne unosi svakodnevnom ishranom dovoljne količine ovako raznovrsnih materija. Naročito ih preporučujemo onima koji se, zbog celodnevno posla, neredovno i jednolično hrane.

Preporučena upotreba: Uzimati jednu dozu (1 tableta) dnevno, uz obrok.

Upozorenje: Preporučena upotreba propisana od strane srpskih nadležnih institucija može se razlikovati od preporučene upotrebe propisane od strane proizvođača. Pre upotrebe konsultovati lekara/nutricionistu. Ne preporučuje se osobama mlađim od 18 godina. Preporučene dnevne doze se ne smeju prekoračiti. Dodaci ishrani nisu zamena za zdravu ishranu.

Upozorenje: Preporučena upotreba propisana od strane srpskih nadležnih institucija može se razlikovati od preporučene upotrebe propisane od strane proizvođača. Pre upotrebe konsultovati lekara/nutricionistu. Ne preporučuje se osobama mlađim od 18 godina. Preporučene dnevne doze se ne smeju prekoračiti. Dodaci ishrani nisu zamena za zdravu ishranu.



PROTEINSKE ČOKO KOCKE

Sastojci:

ZA KORU:

- 3 jaja (165 g)
- 100 g rikote
- 1 veća narendana jabuka
- 20 g kakaa
- 30 g Scitec 100 % Whey Protein Professional ukus čoko-lešnik
- polja praška za pecivo

ZA FIL:

- 1 red mlečne čokolade sa steviom
- malo mleka
- kašičica meda
- malo whey proteina a sa ukusom čokolada-kokos
- kašika kokos listića

@_eat_and_be_fit

Umutiti jaja, dodati rikotu, zatim smesu od whey-a, kakaa i pzp. Na kraju ocedenu narendanu jabuku. Sve izliti u neki mali pleh, baš mali.



Dok se kolač peče vi pripremite premaz (možete i samo čokoladu).

Sve sastojke pomešati na tihoj vatri, neće biti pregusta smesa i preliti preko kolača. Ostaviti u frižideru par sati, a najbolje preko noći.

Napomena: Kolač je malo suvlji, ima više proteina po komadu i može da se подели na više dana. Kocka kolača sadrži otprilike 60 kcal.



AKCIJA
6590 RSD
Stara cena: 7908 RSD
Ušteda: 1318 RSD

VOĆNI ROLAT SA PROTEINOM

Sastojci:

ZA KORU:

- 2 jajeta i 2 belanceta
- 55 g šećera
- 60 g brasna
- 15 g Scitec Whey proteina sa ukusom čiz kejska
- 2 g praška za pecivo
- 10 g sušenog kokosa
- 1 kašičica limunovog soka
- 1 kašičica žute jestive boje
- kokosovo ulje za podmazivanje
- 5 g šećera u prahu

ZA FIL:

- 30 g Scitec Whey proteina sa ukusom čiz kejska
- 120 g Philadelphia Light krem sira
- 40 g šećera u prahu
- 1 kašičica limunovog soka
- 150 g malina ili drugog voća

Namažite posudu za pečenje veličine 20 x 30 cm i postavite na dno zaštitni papir.

U velikoj posudi pomešajte sve sastojke za fil osim malina i stavite u frižider.

U drugu posudu ručnim mikserom umutite cela jaja i belanca dok ne postane penasto. Dodajte šećer i protein, mutite oko 4-5 minuta dok ne postanu bleđi i tečniji. Dodajte jestivu boju i limunov sok i umutite do jednolične žute boje. Dodajte brašno, prašak za pecivo, kokos i lagano promešajte varljačem.

Sipati smesu u tepsiju, pazite da je izravnate do ivica i ubacite u rernu na 5 - 6 minuta.



Kada izvadite, dok je još topao isecite ivice i urolajte dok uklanjate zaštitni papir. To možete učiniti krpom.

Nakon što se ohladi, lagano odmotavajte, namažite fil i dodajte zgnječene maline.

Zamotajte ponovo i pospite šećerom u prahu.

Prijatno!

Mina Damjanov

TRENING ZA NOGE U KUĆNIM USLOVIMA

Mnogo njih se pita da li je moguće napraviti rezultat ako ne idu u teretanu. Moguće je naravno, ukoliko imate adekvatnu opremu: tegove, trake. Međutim, ukoliko radite na treningu snage, hipertrofije, u jednom trenutku će vam biti neophodne veće težine i određene sprave, pa samim tim i odlazak u teretanu.

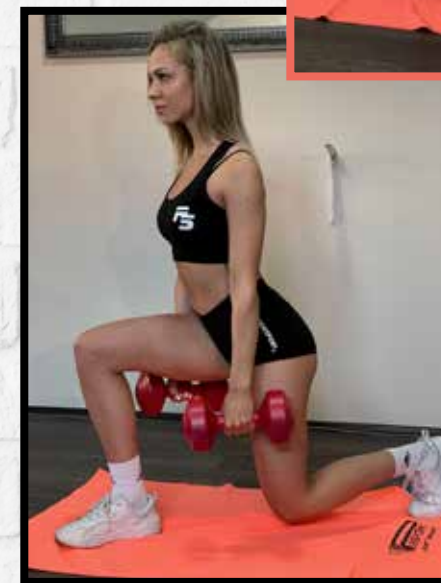
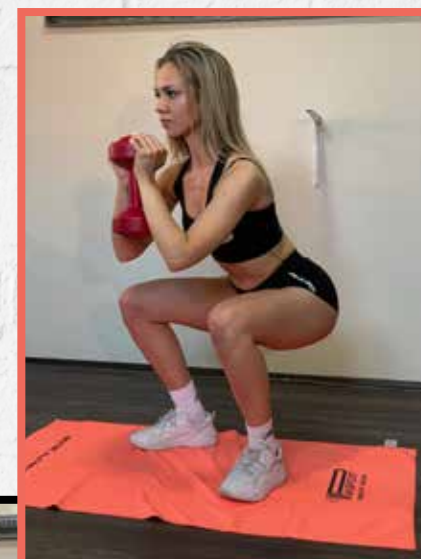
U svakom slučaju, kućni trening ima i svoje prednosti. Ako ste početnik, dobro će vam doći da pripremite telo za teretanu i možete raditi na pravilnom izvođenju vežbi. Uštedećete vreme, a takođe i novac.

Pokazaću vam trening za noge, koji možete raditi kod kuće. Obavezno pravite pauze između treninga, jer je mišiću potreban odmor kako bi se oporavio. Ukoliko i dalje osetite upalu od prošlog treninga, nemojte trenirati taj mišić, već napravite još dužu pauzu.

Pre svega, obavezno se morate zagrejati. To može biti dinamičko istezanje, vežbe u kojima aktivirate mišiće nogu. Pored toga, možete uraditi i par vežbi za core.

ČUČANJ

Znam da svi već radite ovu vežbu, ali je jako bitno da se uvek skoncentrišete i odradite pravilno svaki pokret. Ono što je najbitnije, jeste da kolena idu ka spolja, u smeru prstiju. Nikako ka unutra. Stomak mora biti stegnut, a ledja ispravljena. Ukoliko nemate dobru tehniku, dovoljno je da se spustite toliko, da butine budu paralelne sa podlogom. Ako karlica krene da vam se savija ka unutra dok ste dole u čučnju, to je znak da ne trebate ići dublje. Polako i kontrolisano se spuštajte i podižite iz čučnja. Ukoliko radite sa bučicama, držite jednu sa obe ruke ispred grudni. Takođe možete dodati



došlo do povrede. Najbolje je da stopala postavljate u širini ramena, pomoći će vam u balansu. Ukoliko želite više da pogodite gluteus, pravite duže, a ukoliko želite da pogodite kvadriceps, pravite kraće korake. Preporučujem vam da tegove držite u rukama pored tela, radi lakšeg održavanja ravnoteže. Broj ponavljanja može biti 3 serije po 24 ponavljanja ukupno.

HIP THRUST

Hip thrust je vežba koja pogađa gluteus i zadnju ložu. Za izvođenje ove vežbe, potrebna vam je stolica, niski stočić, ili bilo koji predmet na koji možete nasloniti ledja. Naslonite se na predmet tako da vam cele lopatice budu naslonjene na površinu. Noge od gluteusa udaljite toliko, da kad se podignete u položaj, kolena budu pod uglom od 90 stepeni. Širina stopala treba biti malo šira od kukova, s tim da prsti idu blago ka spolja. Bradu gurajte ka grudnoj kosti, i trudite se da ceo pokret pravite iz gluteusa. Ukoliko želite da više pogodite zadnju ložu, stopala podignite na pete.



Ukoliko imate teg, možete ga staviti na kukove, i takođe možete dodati traku iznad kolena. Kontrolisano spuštajte kukove ka podlozi, zatim se vratite u početni položaj. Vežbu možete raditi 3 serije po 12 ponavljanja.

STEP UP

Za ovu vežbu će vam takođe trebati podloga koja će zameniti klupu. Stanite ispred podloge, i postavite jednu nogu celim stopalom na nju. Ukoliko imate tegove, držite ih pored tela. Kontrolisanim pokretom se podignite na klupu, koristeći što više snagu noge koja je gore.



Što sporije se spuštajte. Stomak stegnite tokom celog pokreta, i vodite računa da vam kukovi budu u ravni. Gledajte u jednu tačku dok radite vežbu,



kako biste lakše održavali ravnotežu. Uradite 3 serije po 10 ponavljanja za svaku nogu.

RUMUNSKO MRTVO DIZANJE

Odlična vežba za gluteus i zadnju ložu. Dok stojite uspravno, širina stopala treba biti poput širine kukova. Pokret radite iz kukova, savijajući telo ka napred, a gurajući kukove ka nazad.

Trudite se da što manje savijate kolena. Držite stegnut stomak i leđa obavezno prava. Spuštajte se ka napred, dok se mišići zadnje lože maksimalno ne istegnu. Tegove spuštajte ispred sebe, ka podlozi. U zavisnosti od vaše fleksibilnosti, bučice spustite do tačke ispod kolena ili malo iznad članaka. Ukoliko ih nemate, možete držati neki predmet u rukama, ili staviti šake na vrat, iza glave (onda bi vežba ličila više na vežbu Good Morning). Vežbu radite 4 serije po 8-10 ponavljanja.



POWER LINIJA

Kako bi smo postigli svoje ciljeve, kao što su izgradnja i oblikovanje mišićne mase, redukcija kilograma, zavidna kondicija, maksimalni sportski rezultati i naravno očuvanje i poboljšanje zdravstvenog stanja potrebno je voditi računa o pravilnoj tj. raznovrsnoj i izbalansiranoj ishrani. Na žalost savremeni način života doveo je do toga da hrana često nije dovoljna. Brz način života, stres, nedostatak vremena, zagađenje okoline itd. rezultiraju neophodnošću svakodnevnog "dodavanja" hranljivih sastojaka kroz suplementaciju. Koje nutrijente treba da nadomestimo suplementima zavisi od individualnih potreba a one opet zavise od fizičke aktivnosti, pola, starosne dobi, postavljenih ciljeva, zdravstvenog stanja organizma...

Potreba za suplementacijom još je izraženija kod bavljenja sportom bilo da je to rekreativno ili profesionalno. Intenzivna vežbanja nisu u skladu sa prirodnim fiziološkim uslovima jednog organizma. Trening je iscrpljujuć i samim tim dolazi do povećane potrošnje važnih nutrijenata kao i procesa koji narušavaju integritet ćelija, pa je suplementacija dodacima ishrane neophodna kako bi se održalo zdravlje pojedinca a samim tim i ostvario maksimalan rezultat.

PANPOWER linija suplemenata nastala je kao rezultat višegodišnjeg iskustva u oblasti sportske suplementacije a namenjena je sportistima i rekreativcima koji žele dodatnu podršku na putu ka postizanju svojih ciljeva.

Specijalno formulisani i proizvedeni od najkvalitetnijih sastojaka, dijetetski suplementi PANPOWER linije omogućuju postizanje vrhunskih rezultata uz očuvanje zdravlja svakog pojedinca.

POWER WHEY ISOLATE

Visokokvalitetna mešavina tri oblika proteina surutke: izolata, hidrolizovanog izolata i ultrafiltriranog koncentrata proteina surutke, sa 90% proteina po dozi za najbržu apsorpciju i najbržu izgradnju čiste mišićne mase. Dodatno je obogaćen BCAA, neophodnim za normalan rast i povećanje mišićne mase. Pakovanje od 3000 g obezbediće vam 120 dnevnih doza, a možete birati ukus vanile ili čokolade.

POWER PROTEIN

Mešavina proteina iz više izvora (koncentrata proteina surutke, mlečnog proteina i izolata goveđeg proteina) omogućuje vašim mišićima kontinuiranu i stabilnu potporu tokom dužeg vremenskog perioda. U ponudi su tri ukusa: jagoda-bela čokolada, čokolada-lešnik i kolačići i krem, u pakovanjima od 800 g i 2270 g.

POWER BCAA 2:1:1

Esencijalne amino kiseline razgranatog lanca u slobodnoj formi: L-leucin, L-izoleucin i L-valin, i to u idealnom odnosu 2:1:1. Pospešuju izgradnju mišićne mase, sprečavaju razgradnju mišića a mogu poslužiti i kao izvor energije za skeletne mišiće. Proizvod je dostupan u manjem (400 g) i većem (1000 g) pakovanju.

POWER LEUCINE

Proizvod iz naše linije rešava problem povećane potrošnje leucina u organizmu. Dostupan je u plastičnom pakovanju mase 300 g.

PANSPORT VODA

Negazirana, prirodna, izvorska voda sa dobro izbalansiranim sadržajem rastvorenih mineralnih materija, povoljnim odnosom kalcijuma i magnezijuma, niskim sadržajem natrijuma, odsustvom toksičnih mikroelemenata i povoljnom Ph vrednošću, koja blagotvorno utiče na čovekov organizam. Dolazi iz netaknute prirode, sa izvorišta na obroncima Golije.

POWER GLUTAMINE

Uslovno esencijalna amino kiselina koja pospešuje izgradnju čiste mišićne mase i ubrzava oporavak nakon treninga. Dodatak glutamina suplementacijom je važan jer u uslovima povećanih napora sinteza glutamina u organizmu nije dovoljna da održi mišiće u stanju anabolizma. Proizvod je dostupan u pakovanjima od 500 g i 1000 g.

POWER CREATINE

100 % kreatin monohidrat, neproteinska amino-kiselina koja poboljšava sportske performanse, smanjuje stvaranje mlečne kiseline i doprinosi ubrzanom oporavku nakon treninga. Pakovanje od 1 kg obezbediće vam 200 porcija.



POWER WHEY

Koncentrat biološki visokovrednih proteina surutke, dobijen cross-flow filtracijom, bogat amino-kiselinama razgranatog lanca, alfa i betalaktoglobulinima, imunoglobulinima itd. Dostupan je u pakovanju od 1000 g i 2000 g i širokoj paleti ukusa: čokolada, lešnik, vanila, banana split, borovnica-cheesecake, jagoda, pistači, kolačić-krem, kokos, čoko-karamel-kikiriki puter kao i varijanta bez arome i zaslađivača.

NOVI UKUSI:

BANANA SPLIT, BOROVNICA-ČIŽKEJK, JAGODA, PISTAČI, KOLAČIČI-KREM, KOKOS I ČOKO-KARAMEL-KIKIRIKI PUTER.



1 kg
Trajno niska cena
1990 RSD

POWER BCAA+GLUTAMINE

Proizvod na bazi amino-kiselina razgranatog lanca (BCAA) i L-glutamina uz dodatak vitamina B6 i inulina. Doprinosi izgradnji mišićne mase, brzom oporavku nakon velikih fizičkih napora, sprečavanju razgradnje mišića, pozitivno deluje na funkcionisanje nervnog i imunog sistema, dovodi do smanjenja umora i iscrpljenosti (vit.B6), a inulin kao prebiotsko sredstvo pomaže razvoju korisne crevne flore te tako pozitivno utiče na opšte stanje organizma. Dolazi nam u praktičnom pakovanju od 500 g i od sada u čak 5 fenomenalnih ukusa. Pored dosadašnjih, narandže i crne ribizle liniji su pridodata i tri potpuno nova, osvežavajuća ukusa: višnja, lubenica-citrus i limun-limeta.

NOVI UKUSI:

VIŠNJA, LUBENICA-CITRUS I LIMUN-LIMETA.



500 g
Trajno niska cena
1990 RSD

POWER LIQUID L-CARNITINE

L-karnitin tokom fizički zahtevnih sportskih aktivnosti povećava energetske nivo i prag izdržljivosti organizma i pomaže mu da prebrodi trening. Tečna forma L-karnitina olakšava i ubrzava apsorpciju u organizmu. U ponudi je u pakovanju od 1000 ml i ukusima: višnja, ananas, mango-marakuja i narandža.

NOVI UKUSI:

ANANAS, MANGO-MARAKUJA I NARANDŽA.



1000 ml
Trajno niska cena
1890 RSD



PROTEIN ICE CREAM

UKUSAN SLADOLED SA WHEY PROTEINOM! FANTASTIČNOG UKUSA!



1,25 kg
AKCIJA
2190 RSD
Stara cena: 2820 RSD
Ušteda: 630 RSD

14 g KVALITETNOG PROTEINA PO PORCIJI. NIZAK PROCENAT MASTI ZA DEZERT BEZ GRIŽE SAVESTI!

SCITEC NUTRITION



BLADESPORT® COLLAGEN

Od BLADE SPORT-a stiže nam efikasna formula na bazi kolagena obogaćena hijaluronskom kiselinom, vitaminima i antioksidansima, koja predstavlja moćnu podršku zdravlju vaših kostiju, zglobova i krvnih sudova i lepoti vaše kože, kose i noktiju.

BLADE Collagen prah za pripremu napitka je nova, bogata formula koja podržava zdravlje i dobro funkcionisanje vaših kostiju, mišića, zglobova, krvnih sudova, desni, kože, kose, noktiju...

Pored čak 9 g kolagena u dnevnoj dozi, kao osnovnog aktivnog sastojka proizvod sadrži i hijaluronsku kiselinu, vitamine C i E kao i antioksidanse iz semenki grožđa i zelenog čaja. Sve

ovo čini proizvod **Blade Collagen** pravom "fontanom mladosti" koja odlaže neminovne procese i promene u vašem organizmu koji dolaze sa godinama. Kolagen koji se nalazi u sastavu proizvoda je hidrolizovan, odnosno obrađen i razbijen na manje fragmente čime je omogućeno lako varenje i brza i efikasna apsorpcija. Utvrđeno je da se oko 90 % oralno primenjenog hidrolizata kolagena resorbuje u toku 6 sati iz gastrointestinalnog trakta.

Kolagen je protein koji čini 50 % svih proteina u organizmu i zastupljen je u većini tkiva i organa. Najviše ga ima u hrskavici, gde je veoma važan za funkcionisanje i integritet vezivnog tkiva zglobova, a ima ga i u kostima, ligamentima, tetivama i koži. Kolagen je bogat aminokiselinama glicinom, hidroksiprolinom i prolinom koje su izuzetno važne za stabilnost i regeneraciju hrskavice.

Kolagen ima mnogo važnih funkcija u organizmu. Samo neke od njih su:

- izgradnja hrskavice, ligamenata, tetiva, kostiju
- daje strukturu i elastičnost krvnim sudovima
- stimuliše i povećava rast i snagu mišića
- održava elastičnost i vlažnost kože čime smanjuje i odlaže pojavu bora
- stimuliše rast noktiju i kose

Hijaluronska kiselina je još jedna vrlo zanimljiva i važna supstanca koja se nalazi u gotovo svakoj ćeliji humanog organizma i ima izuzetan značaj u obavljanju osnovnih metaboličkih i fizioloških funkcija. Poluživot molekula hijaluronske kiseline u fiziološkim uslovima, za većinu tkiva iznosi manje od tri dana, a u koži oko 24 časa. U organizmu se konstantno vrši sinteza hijaluronske kiseline kako bi se popunili depoi, međutim sa starenjem dolazi do smanjenja njene količine odnosno do usporavanja njene sinteze i u tom slučaju suplementacija hijaluronskom kiselinom je vrlo poželjna. Ona ima veliki značaj za očuvanje elastičnosti, hidratacije i čvrstine kože. U kostima i hrskavici koje čine zglob vrši raspodelu i amortizuje mahanički pritisak na koštanoj strukturu koji nastaje pokretanjem zglobova, povećava otpornost na habanje, "podmazuje" zglobove i povećava viskozitet zglobne tečnosti. Zajedno sa kolagenom i elastinom formira tzv. ekstracelularni matriks koji obezbeđuje elastičnost tkiva, sprečava dehidraciju, omogućava transport hranljivih materija i otpadnih produkata metabolizma.

Koristi se u mnogim oblastima medicine - oftamologiji, reumatologiji, stomatologiji i drugim, a posebno je zastupljena u estetskoj medicini i kozmetologiji.

Vitamin C potpomaže sintezu kolagena čime doprinosi dobroj funkciji krvnih sudova, hrskavice, kostiju, desni, kože i zuba.

Antioksidansi - vitamin E, semenke grožđa i ekstrakt zelenog čaja "bore se" protiv slobodnih radikala u organizmu i na taj način štite ćelije od oksidativnog stresa. Aktivni sastojci **semenki grožđa** - proantocijanidini štite srce, jetru i kapilare. Sprečavaju agregaciju trombocita, održavaju zid kapilara i ubrzavaju zarastanje rana. Deluju i neuroprotektivno pa utiču na očuvanje kognitivnih funkcija i smanjuju negativne efekte lekova. Pozitivno dejstvo

ekstrakta zelenog čaja u najvećem stepenu potiče od katehina koji deluju kao antioksidansi, takođe deluju i termogeno pa su vrlo korisni u kontroli telesne mase a deluju zaštitno i na kosti, kožu, zube, nerve...

Pored kolagen suplementa u prahu novo u ponudi je i **BLADE Collagen u kapsulama**. Lak za upotrebu, 500 mg kolagena u kapsuli odnosno 2000 mg kolagena u dnevnoj dozi.



Novo u ponudi
2190 RSD

BioTechUSA™ VITAMIN C 1000 sa bioflavonoidima

BioTechUsa Vitamin C 1000 mg sa flavonoidima je suplement čijom ćete upotrebom priuštiti sebi sve dobrobiti vitamina C, sadržanog u ovoj novoj formuli. Vitamin C od davnina važi za jedan od najvažnijih vitamina u ljudskoj ishrani. Za razliku od životinja, ljudski organizam ne može sam da sintetiše vitamin C, te mora da ga unosi putem hrane ili suplementa. Ukoliko nema dovoljno ovog vitamina, nastaju mnogobrojna nepovoljna zdravstvena stanja - od pada imuniteta do stvaranja veće količine slobodnih radikala koja vremenom mogu da dovedu do stvaranja tumora i maligniteta. Iz navedenih razloga možemo zaključiti da je suplementacija vitaminom C neophodna i da doprinosi boljem zdravlju i većoj vitalnosti organizma.

BioTechUsa Vitamin C 1000 mg sa flavonoidima pruža izuzetnu pomoć vašem organizmu, naročito tokom zimskog perioda, kada prirodno slabi imuni sistem. Noviji oblik vitamina C koji deluje postepeno tokom dužeg vremena tako da će se održavati njegov nivo u organizmu, što je najvažnije za ispoljavanje dobrobiti vitamina C. Ovo omogućava njegovo postojano dejstvo u višecasetnom periodu, za razliku od klasičnih, praškastih i šumećih preparata kod kojih se vitamin C brzo izlučuje putem mokraće. Sam vitamin C dobijen je 100% iz prirodnog izvora (šipak) i lako se koristi u organizmu.

- JAČA IMUNI SISTEM
- SMANJUJE BOLOVE U MIŠIĆIMA POSLE NAPORA
- JAK ANTIOKSIDANT KOJI POMAŽE U BORBI PROTIV BOLESTI

CITRULLINE MALATE

L-citrulin je neesencijalna (uslovno esencijalna) amino kiselina, mikronutrijent, koju telo sintetiše ali ne može da proizvede u dovoljnim količinama, obično pod većim opterećenjem, pa ga je neophodno nadoknaditi. Ona ima brojne zdravstvene benefite. Pored toga što deluje antihipertenzivno pokazalo se da je i dobar antioksidant. Uz to, povećava i performanse, deluje anabolički uz pozitivan efekat na metabolizam proteina u mišićima.

Pored arginina i ornitina, citrulin igra važnu ulogu u ciklusu uree. Ove tri amino kiseline zajednički funkcionišu kako bi oslobodili telo amonijaka, štetnog nusprodukta metabolizma proteina u organizmu. Citrulin je prekursor arginina, amino kiseline koja je odgovorna za proizvodnju azot oksida (NO) koji opušta krvne sudove i omogućuje bolji protok krvi. Postoje studije koje su pokazale da suplementacija proizvodima na bazi citrulina pomaže u lečenju erektilne disfunkcije.

Citrulin se nalazi u prirodi u mnogim namirnicama, ali u najvećim količinama, citrulin se može naći u lubenici. Kombinacija amino kiseline L-citrulina i jabučne kiseline je L-citrulin malat. Jabučna kiselina (malat) je organska kiselina koja se može naći u prirodi (na primer, u jabuci ili grožđu). Važan je međuprodukt krebsovog ciklusa te stoga igra bitnu ulogu u sintezi ATP-a. Kombinacija citrulina i maleinske kiseline sinergično deluje na resintezu ATP-a, dalje bolju cirkulaciju, pa samim tim dovode do smanjenja zamora mišića, povećava mišićnu izdržljivost i ubrzava oporavak.

- KOMBINACIJA AMINOKISELINE L-CITRULIN I JABUČNE KISELINE
- POBOLJŠAVA PERFORMANSE
- SMANJUJE UMOR NAKON TRENINGA



Novo u ponudi
2290 RSD



Novo u ponudi
1290 RSD

ServiVita

- za sve koji teže zdravoj ishrani

- za sportiste koji moraju kontrolisati svoju dijetu

- za osobe sa problemima dijabelesa



Upozorenje: Preporučena upotreba propisana od strane srpskih nadležnih institucija može se razlikovati od preporučene upotrebe propisane od strane proizvođača. Pre upotrebe konsultovati lekara/nutricionistu. Ne preporučuje se osobama mlađim od 18 godina. Preporučene dnevne doze se ne smeju prekoračiti. Dodaci ishrani nisu zamena raznovrsnoj ishrani.

MIKLOŠ MIKI MIHAJLOVIĆ

Svetski prvak u powerlifting-u i bench press-u

SNAGOM VOLJE DO

TITULE SVETSKOG PRVAKA

Mikloš Miki Mihajlović je pre svega borac. Sportom se bavi od svoje šeste godine, a najviše traga ostavio je u sportovima snage – powerlifting-u, bench press-u i strongmenu, u kojima je učestvovao na brojnim takmičenjima. Pet puta je osvajao Svetsko prvenstvo u bench pressu, a dva puta je držao i svetski rekord sa podignutih 220kg. Nakon teške saobraćajne nesreće 2015. godine uspeo je da se vrati takmičenjima i ponovo postao svetski prvak u bench pressu 2019. godine. Sa Mikijem smo pričali šta odlikuje pobednika u sportu i životu, kako je izgledao njegov put do titule svetskog prvaka, ko i šta mu je u tome pomoglo.

Koje ste sve sportove trenirali u životu?

Kao i svaki mladić u našem regionu počeo sam sa fudbalom koji sam trenirao do 14. godine, pa prešao na atletiku kojom sam se bavio dve godine, sprintovi na 100m i 200m. Pošto u Bačkoj Topoli nema zatvorenog stadiona gde bismo zimi mogli da vežbamo atletiku, vežbali smo u teretani. Kada sam prvi put ušao u teretanu to je bila ljubav na prvi pogled/dodir.

Kako ste počeli da se bavite sportovima snage?

Oduvek me je fascinirala ljudska snaga, još od kada sam video Švarcenegera u filmu Konan Varvarin. Prvih 5-6 godina vežbam za svoju dušu gde se upoznajem sa Liskom Peterom koji me nagovara da se takmičim. U bodi bildingu osvajam prvenstvo Vojvodine '96 godine, prvenstvo Jugoslavije u parovima 3. mesto, kao i 6. mesto na međunarodnom prvenstvu Londona itd. Sa bodi bildinga 2006. godine prelazim na strongman i powerlifting takmičenja. Do 2010. godine takmičio sam se u oba sporta istovremeno, gde sam učestvovao na 35-40 takmičenja godišnje, a kada mi je pukao levi biceps 2009. godine odlučujem se samo za bench press, jer sam tu napravio bolje rezultate. Iste godine sam osvojio 2. mesto na Evropskom prvenstvu i treće mesto na Svetskom prvenstvu. 2010. godine sam bio učesnik Arnold Amateur Strongman Classic-a u Ohaju, da bih 2011. godine osvojio svoju prvu titulu svetskog prvaka u bench press-u u Atlanti. Posle toga osvajao sam još četiri puta Svetsko prvenstvo u bench press-u, 2013. godine u Tampereu, Finska, 2014 godine u Telfsu, Austrija, 2015. godine u Lutsku, Ukrajina i 2019. u Nove Zamky, Slovačka. Najuspešnija takmičarska godina mi je 2015. godina kada sam uspeo da osvojim i svetsko i evropsko prvenstvo. Zanimljivo je da sam 2012. godine isto bio blizu ovog podviga na Svetskom prvenstvu u Las Vegasu sam bio drugoplasirani, podigavši istu kilažu od 230kg kao i prvoplasirani, međutim on je bio lakši za 2kg i tako je on bio pobednik a ja drugoplasirani.

Koliko često se trenira i kako izgleda put do titule svetskog prvaka?

Trenirao sam svakog dana, osim nedelje, čak i kada bi drugi išli da slave prvi maj ili rođendane, ili u diskoteku, ja sam išao na treninge jer sam znao da će me ta disciplina odvesti do mog cilja koji sam zacrtao kao šestogodišnjak, a to je da budem svetski prvak. Jeste da je put bio prilično dugačak (25 godina), ali moram da kažem da je vredelo svog odricanja!

Koje osobine i veštine biste izdvojili kao ključne da biste postali šampion?



Istrajnost, disciplina, odricanje i vera u samog sebe da možeš da postigneš sve što si zacrtao.

Da li ste kroz karijeru imali trenere i kakva je bila njihova uloga?

Imao sam puno trenera od početka svoje sportske karijere, ali bih izdvojio 4 čoveka koji su imali veliki uticaj na mene i od kojih sam mnogo naučio i koji su me učili da budem šampion. Oni su Liska Petar, Rokay Robert, Boško Stanisavljević i Adam Daraž. Liska je imao veliki uticaj na moju bodi bildersku karijeru, on me je i upoznao sa Rokayi Robertom od koga sam naučio tehnike powerlifting-a i pravilno izvođenje vežbi. Boško je od 2006. godine u mom timu, skoro svaki dan se čujemo telefonom, on je "kriv" za moj trening program, a Adamu Daražu mogu da zahvalim što me je vodio na sva moguća takmičenja strongman-a i powerlifting-a i upoznao sa ključnim ljudima u powerlifting-u.

Kojim životnim vrednostima vas je naučio sport?

Mnoge stvari me je sport naučio tokom moje sportske karijere, disciplina, istrajnost u svakodnevnim stvarima i verovanje da mogu da uradim skoro bilo šta što poželim.

Imali ste tešku saobraćajnu nesreću 2015. godine, kako ste uspeali da se iz kome vratite sportu i ponovo osvojite titulu svetskog šampiona u bench press-u?

Taj put je bio najteži, jer sam 26 dana proveo u bolnici, nakon čega sledjuje 6 meseci kreveta kući, gde mi je leva ruka bila vezana za telo, čak su rekli da će mi leva ruka ostati nepokretna. Sva sreća pa im nisam verovao, možda baš iz razloga što sam levoruk. Posle 8 meseci sledi moj prvi trening u teretani gde sam vežbao sa pločicama od 1,25kg. Bilo je to jako težak period, niko osim mene, mojih najbližih, mojih trening partnera i Boška i Adama nisu verovali u mene da ću uspeti da se vratim na svetsku scenu, tu bih još dodao i direktora Pansporta mog dugogodišnjeg prijatelja Gezu Kuraija koji je od prvog trenutka nesreće bio pored mene. Naime još u bolnici sam izjavio da ću ja još jednom u životu podići 200kg na takmičenju, što sam i uradio prošle godine u Slovačkoj na Svetskom prvenstvu u GPC federaciji i time osvojio petu



titulu Svetskog prvaka u bench press-u. Ova titula mi je najdraža u karijeri baš zbog toga što je malo ljudi verovalo u mene.

Šta vam je bilo najveća motivacija da se posle nesreće?

Najveća motivacija mi je bila da pokažem ljudima da ako verujete u sebe možete sve postići u životu, nebo je granica.

Da li praktikujete neki mentalni trening ili ritual pred takmičenje?

Imam jedan ritual, koji me je "naučio" Laslo Mesaroš, legenda svetskog bench presa i toga sam se stalno pridržavao. Pre nego što izađem da podižem težinu prvo vežem desni štitnik za zglobove, pa levi, pa utegnem kaiš, pomirišem amonijak, sednem na klupu i zatvorim oči i u glavi podižem taj teret. Čim završim legnem na klupu i pre nego što mi pomagač doda teg otvaram oči i onda uradim isto to što sam u glavi već uradio.

Da li imate plan ishrane i koliko je ona bitna u vašem sportu?

Naravno da imam plan ishrane, pošto sam sklon gojenju i volim uveče da jedem, pa sam morao da uvedem neki plan kako bih mogao da ostanem u kategoriji do 125kg ali da imam dovoljno snage za što veće kilaže i da budem u top formi. Glavne namirnice na mom jelovniku su belo meso i mleveno meso (koje znam da to ne bi trebalo jesti u većim količinama ali šta da radim kada obožavam sarmu, punjene paprike, ćufte itd.) i puno testa od integralnog brašna, krompira, jaja, a za doručak obavezno ovsene pahuljice. Imam 4 glavna obroka, a kada se takmičim ubacim još 2 obroka i to uglavnom ovsene pahuljice sa proteinom, koje jedem ujutru na prazan stomak i pred trening.

Šta koristite od suplemenata i kako vam pomažu?

Od suplemenata koristim Volumass 35 koji mi služi da unosim dovoljno proteina i da imam dovoljno snage za teške treninge, glutamin i bcaa koje pijem u toku treninga jer mi pomažu u jačanju imunog sistema i u sprečavanju razgradnje mišića, multivitamin jer mislim da svaki sportista mora da ga koristi jer prosto ne možete pojesti toliko voća da biste dospeli do svakog vitamina pogotovo u tako velikim količinama, omega 3-6-9 koja je odgovorna za dobre masti u mom organizmu, vitamin B koristim za dodatnu izgradnju mišića, vitamin C za povećanje imunog sistema i da izbegnem prehlade, vitamin D koji mi takođe pomaže u jačanju imunog sistema kao i zdravlju kože, noktiju i kose, Animal flex koji je zadužen za zglobove i za moje bolno levo rame i naravno i No reaktor ili kofein pred trening koji mi pomažu u trenucima kada sam izmoren od celodnevno posla, "drmmen" No reaktor ili kofein i za 15 minuta sam spreman za trening i fizički i psihički.

Da li imate omiljeni suplement i zašto baš taj?

Omiljeni suplement mi je Volumass 35 i Animal flex koje koristim od prvog dana od kako sam u Pansport timu još od 2006. godine. Volumass 35 zato što je protein za masu i daje mi čistu, kvalitetnu mišićnu masu a ne masti, a Animal flex jednostavno zato što je najbolji u zaštiti zglobova.

Šta biste poručili mladima koji tek počinju da se bave sportovima snage?

Mladima bih poručio da uvek veruju u sebe, da ne odustaju od onoga što su zacrtali, da budu istrajni i da prvo nauče tehniku dizanja tegova, a ne da odmah dižu velike težine.

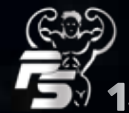
Pripremila: Ivana Petaković, fotografija: Nemanja Atanacković

Upozorenje: Preporučena upotreba propisana od strane grčkih nadležnih institucija može se razlikovati od preporučene upotrebe propisane od strane proizvođača. Ne preporučuje se osobama mlađim od 18 godina. Preporučene dnevne doze se ne smeju prekoračiti. Dodaci ishrani nisu zamena raznovrsnoj ishrani.



AKCIJA
2990 RSD
Stara cena: 3290 RSD
Ušteda: 300 RSD

SAGOREVAČ MASTI
sa čak 13 aktivnih
sastojaka za lakše
gubljenje kilograma, više
energije i bolji fokus.



NATROL®

Easy-C 500 mg



Ovih dana, u centru svih dešavanja, nema osobe koja ne razmišlja o unapređenju svog zdravlja, i o načinu kako da poveća efikasnost imunskog sistema. Gotovo svakodnevno se, između ostalog, može čuti i sledeće: „Unosite dovoljne količine vitamina C...”.

U literaturi postoje brojne činjenice o vitaminu C još s početka XX veka, kada je i došlo do njegovog otkrića. Nedostatak ovog vitamina, osim stanja poznatog kao skorbut, dovodio se i u vezu sa pojavom pneumonija. Sve je krenulo od davne 1920-te i Alfreda Heiss-a koji je uočio vezu između pneumonija kao komplikacija skorbuta, a kao posledica nedostatka vitamina C, tj. askorbinske kiseline.

Vitamin C ima značajnu ulogu u prevenciji kao i skraćenju dužine trajanja, u prvom redu respiratornih infekcija. Takođe, nekoliko studija je ukazalo na uticaj vitamina C u smanjenju incidencije pneumonija.

Uloge vitamina C:

Stabilizacijom slobodnih radikala koji nastaju kao nusproizvod metaboličkih procesa u organizmu, vitamin C sprečava pokretanje oksidativnog stresa i oštećenje ćelija. Svoju antioksidantnu aktivnost ispoljava i regeneracijom vitamina E čime produžava njegovo delovanje.

- Omogućava sintezu kolagena i fiziološke uloge vezivnog tkiva.
- Podstiče efikasnost imunskog sistema
- Utiče na produkciju neurotransmitera
- Održavajući ga u redukovanom obliku obezbeđuje lakšu apsorpciju gvožđa

Da li je moguće sve efekte ovog vitamina postići u samo jednom preparatu?

U tu svrhu možemo izdvojiti iz Pansport ponude Natrol Easy C. Reč je o preparatu koji u sebi sadrži tzv. esterifikovani oblik C vitamina koji je efikasniji od njegovog osnovnog oblika. Takođe je obogaćen bioflavonoidima citrusa koji pospešuju njegovo antioksidantno dejstvo. Konzumira se uz obrok u vidu 1 tablete dnevno.

Efikasan imunski sistem se ne stiče „preko noći“, već kontinuiranim radom na sebi. Zato na vreme uvrstite u svoju svakodnevnu rutinu kvalitetne preparate, koji uz dobro balansiranu ishranu i individualno doziranu fizičku aktivnost podstičajno utiču na fiziološke funkcije vašeg organizma.



MISLITE NA VAŠE ZDRAVLJE!

AKCIJA 2890 RSD
Stara cena: 3640 RSD
Ušteda: 750 RSD



PROTEINSKI KOMPLEKS sa vitaminom B6



AKCIJA 1540 RSD
Stara cena: 1790 RSD
Ušteda: 250 RSD

SAN®
We Deliver RESULTS!



CREATINE



AKCIJA 1690 RSD
Stara cena: 2580 RSD
Ušteda: 890 RSD

kreatina, SAN Nutrition je definitivno brend kom vredi dati šansu. Bezbedno ga mogu koristiti sve osobe koje nemaju određene zdravstvene probleme.

Način upotrebe: uzeti 1 kapsulu do 2 puta dnevno.

Kreatin je supstanca koja se prirodno proizvodi u ljudskom telu. Do sinteze dolazi u jetri, ali i u pankrešu i bubrežima. Imamo ga dosta u crvenom mesu (junetina, svinjetina, govedina). Najpoznatiji i najviše istražen jeste kreatin monohidrat. Mnogo naučnih studija je dokazalo da kreatin monohidrat pomaže kod prirasta snage i mišićne mase. Zbog učinkovitosti u dostizanju sportskih rezultata, ako dodamo kreatin u vidu suplementa u ishranu, imaćemo više snage na treninzima, i to najviše u eksplozivnim pokretima i teškim serijama.

Od SAN Nutrition-a nam stiže pH modifikovan kreatin, koji je otporan na želudačnu kiselinu i direktno se transportuje u mišićno tkivo. Efikasnost ovakvog oblika kreatina je tolika da jedna kapsula odgovara porciji od 5 g kreatina u prahu. Kreatin u ćelije ulazi sa vodom, tako da ih na neki način hidrira, pa se njegovom konzumacijom može osetiti veća "pumpa" tokom treninga. U zavisnosti od pojedinca, to može biti više ili manje izraženo. Takođe, mnoge naučne studije su dokazale da kreatin ima jako povoljan uticaj na rad mozga i gustinu kostiju.

S obzirom da danas postoji stvarno puno proizvođača

- VIŠE SNAGE, BOLJA PUMPA
- KAPSULA KAO 5 G PRAHA
- POVOLJAN UTICAJ NA MOZAK I KOSTI

TRIBUVAR 1000

- POVEĆAVA TESTOSTERON
- VIŠE SNAGE, IZDRŽLJIVOSTI I VEĆI OBIM MIŠIĆA
- UBRZAVA OPORAVAK

Kod sportista donosi benefite u vidu povećanja nivoa glavnog muškog hormona - TESTOSTERONA, povećanja mišićne mase, snage i puno bržeg oporavka nakon iscrpnih treninga.

Tribulus je u najvećoj meri privukao pažnju sportista iz razloga što direktno utiče na povećanje nivoa testosterona i što je najbitnije, sve se to odvija na prirodan način. Dakle, upotrebom ovog proizvoda sigurni ste, da nije prekršena niti jedna stavka doping kontrole o nedozvoljenim supstancama.

Tribuvar 1000 sadrži 1000 mg ekstrakta tribulus terrestrisa po dozi, a od toga 45 % furostanol saponina pa samim tim pomaže i podstiče prirodno lučenje testosterona i održava ga stabilnim i kontinuiranim.

Pozitivno dejstvo Tribuvara je prirodnost svih supstanci koje nisu štetne po zdravlje korisnika. Prema tome, bez ikakvog ustručavanja možete ovaj sjajan proizvod uvrstiti u vašu svakodnevnicu i uživati u njegovim pogodnostima.

Način upotrebe: uzeti 1 – 2 tablete jednom dnevno.



AKCIJA 1390 RSD
Stara cena: 2260 RSD
Ušteda: 870 RSD

vitalikum



BETA ALANINE

Trajno niska cena 2970 RSD

TRIBULUS TERRESTRIS



Trajno niska cena 1590 RSD



HIGH CAFFEINE

Trajno niska cena 990 RSD

OMEGA-3 FISH OIL



Trajno niska cena 990 RSD



VITAMIN C

Trajno niska cena 1150 RSD

VITAMIN C od 1000 mg

6PAK
NUTRITION

Savremen način života dikтира ubrzan tempo koji često ne daje dovoljno vremena za pripremu kvalitetnih obroka, nabavku svežih namirnica, pa suplementi vitamina C postaju neminovnost. Ne bi trebalo zaboraviti da voće i povrće izloženo visokim temperaturama gubi na sadržaju vitamina C, zbog njegove termolabilnosti, tako da akcenat uvek treba staviti na presne namirnice sa što manje termičke obrade. Ne zaboravimo da i tehnološki postupci kojima se „povećava trajnost voća i povrća“, razne metode zaštite od štetoina i biljnih bolesti takođe umanjuju sadržaj vitamina C.

- VOĆE I POVRĆE NA VISOKIM TEMPERATURAMA GUBI VITAMIN C
- SINTEZA KOLAGENA
- PREVENCIJA KARDIO-VASKULARNIH BOLESTI



AKCIJA
880 RSD
Stara cena: 990 RSD
Ušteda: 110 RSD

90 tab.

Relevantna istraživanja pokazuju da nema tako drastične razlike u pogledu apsorpcije i bioraspoloživosti između „prirodnog“ i sintetičkog vitamina C (L-askorbinska kiselina). Iz Poljske nam stiže 6 PAK sa vitaminom C od 1000 mg koji nudi sve benefite istog – adekvatan imuni odgovor, sinteza kolagena (koža, kosa, kosti, hrskavice, tetive, ligamenti, zidovi krvnih sudova), prevencija kardio-vaskularnih bolesti, borba protiv anemije, „kontrola“ oksidativnog stresa, „obnova“ bitnih neurotransmitera (metabolizam tirozina) – dopamina i noradrenalina. 1000-3000 mg dnevno uz obroke će dati vašem telu dovoljno dragocenog vitamina C.



AMIX
ADVANCED NUTRITION

Multi Mega Sport Stack

Jedno od čestih pitanja vezanih za pravilan odabir suplemenata tiče se prioriteta - od čega početi? Uvek bi trebalo krenuti od mikro ka makro nivou, tj. od vitamina i minerala, koji se smatraju optimizatorima svih bitnih procesa u našem telu, do gradivnih „elemenata“, poput esencijalnih amino kiselina, tj. proteina visoke

- VITAMINSKO - MINERALNI KOMPLEKS
- SADRŽI HOLIN I INOZITOL - BITNI ZA VEZU UMA I MIŠIĆA
- DOBAR ZA OPORAVAK OD NAPORNIH TRENINGA



Novo u ponudi
2390 RSD

120 tab.

biološke vrednosti, kao i esencijalnih masnih kiselina. Dakle, prva karika koju se sve ostale nadovezuju su vitaminsko-mineralni kompleksi! Ako ste aktivni sportista, ambiciozni rekreativac, koji svoje telo izlaže maksimalnim naporima u cilju postizanja nekog rezultata, osnovna ishrana često nije dovoljna da zadovolji povećane potrebe vašeg tela za vitaminima i mineralima...tu na scenu stupa Multi Mega Sport Stack od AMIX™ Nutrition. Pored „naprednih doza“ najbitnijih vitamina i minerala (u visokoapsorptivnom obliku) prilagođenih aktivnoj populaciji sadrži i imuno-stimulativni kompleks koji sadrži – glutathion (master antioksidans našeg tela), L-cistein, ehinaceu, bioflavonoide citrusa, sibirski žen-šen. Tu su holin i inozitol - bitni za čuvenu vezu „um-mišić“ i oporavak od napornih treninga. Sve na jednom mestu, kompletna formula koja u adekvatnim dozama nudi skoro sve, od vitamina A do koenzima Q10 - Multi Mega Sport Stack od AMIX™ Nutrition.

inkospor

Mineral Light



AKCIJA
780 RSD
Stara cena: 960 RSD
Ušteda: 180 RSD

330 g

Mineral Light kompanije „Inkospor“ zbog svojih performansi trebao bi da nam bude verni pratilac na svakom treningu jer svojim sastavom potpomaže ispunjavanje zadataka trenažnog procesa.

Tokom dugačkih i napornih treninga dolazi do pada ugljenih hidrata, elektrolita, vitamina, minerala i soli koje direktno utiču na našu efikasnost za vreme treninga. Mineral light uspeva da održi sve ove elemente na optimalnom nivou i pruža nam neophodnu energiju tokom treninga, a u isto vreme poboljšava oporavak nakon treninga. Ovaj preparat je namenjen profesionalnim sportistima kao i rekreativnim sportistima koji uživaju u sportskim aktivnostima.

Koriscenjem ovog preparata lako nadoknađujemo ugljene hidrate i elektrolite koje trošimo tokom treninga.

Mineral Light predstavlja visoko kvalitetan ugljenohidratni kompleks koji je bogat vitaminima (vitamin C, vitamin E, niacin, pantotenska kiselina, folna kiselina, vitamin B1, vitamin B2, vitamin B6 i vitamin B12) i meneralima (magnezijum, kalcijum i kalijum) koji potpomažu pravilan rad i funkcionisanje organizma.

- VISOKO KVALITETAN UGLJENOHIDRATNI KOMPLEKS
- BOGAT VITAMINIMA I MINERALIMA
- KORISTI SE U TOKU ILI NAKON TRENINGA

Kao sportista koji se takmiči u disciplinama gde je izdržljivost organizma od presudnog značaja, ovaj proizvod mi je od velike važnosti tokom treninga i takmičenja, predstavlja sastavni deo mog ličnog asortimana suplementacije. U toku trenažnog procesa, imam i po tri treninga dnevno i bez naknade vitamina, minerala, ugljenih hidrata i elektrolita koje mi ovaj



suplement omogućuje, moj organizam ne bi mogao da podnese ovakve ekstremne fizičke napore. Ovaj suplement bi trebao da bude obavezan za sve profesionalne i rekreativne sportiste. Moja preporuka je da se koristi tokom treninga kako bi se što bolje izborili sa izazovima koji su pred nama i kako bi sprečili eventualne mučnine koje dolaze usled ekstremnih napora za vreme treninga. Profesionalnim sportistima takođe preporučujem da ga koriste i nakon treninga sa mešavinom proteina i glutamina kako bi oporavak bio potpun.



100 tab.

Novo u ponudi
1140 RSD

1000mg VITAMINA C
PO DOZI SA DODATKOM ŠIPKA

Upozorenje: Preporučena upotreba propisana od strane sprovedenih institucija može se razlikovati od preporučene upotrebe propisane od strane proizvođača. Pre upotrebe konsultovati lekara/nutricionistu. Ne preporučuje se osobama mlađim od 18 godina. Preporučene dnevne doze se ne smeju prekoračiti. Dodaci ishrani nisu zamena raznovrsnoj ishrani.

PANSport ŠEJKERI I BIDONI



PAN Shaker Putni 500ml
Cena: 490 RSD



PAN Shaker 700ml
Cena: 300 RSD



PAN Bidon 750ml
Cena: 290 RSD



24 kg
6590 RSD

UNIVERSAL NUTRITION ANIMAL WHEY

Universal i poznata linija Animal su ponovo opravdali poverenje potrošača time što su kreirali odličan whey protein. Ovaj proizvod je kombinacija koncentrata i izolata surutke. Obzirom da je udeo izolata veći, garantuje vam i bržu apsorpciju, a samim tim i bržu prehranu i izgradnju mišića, oporavak i zaštitu.



30 kaps.
1640 RSD

NATROL 5-HTP

Formula za "borbu" protiv stresa. Na bazi prirodnog sastojka podstiče relaksaciju, smirenost i pozitivan životni stav podstičući proizvodnju serotonina u telu.

Utvrđeno je da 5-HTP ima povoljno dejstvo kod depresije, anksioznosti, neuroloških poremećaja kao što su glavobolje, poremećaji spavanja, fibromialgija, urođeni poremećaji metabolizma.

INKOSPOR L-CARNITINE WATER

Inkospor je kreirao ovaj već pripremljen proizvod kako bi na brz i osvežavajući način obezbedili pred trening čak 2000mg L-karnitina. Formula je napravljena bez šećera i masti, a zadovoljava i kriterijume vegana. Za vaše lakše treninge i sagorevanje masti u vidu energije ovaj proizvod je na raspolaganju.



500 ml
Trajno niska cena
160 RSD

MAXLER BLACK KICK

Predtrenažni suplement na bazi kofeina i guarane, za priliv energije i fokusa tokom treninga. Sadrži bitne elektrolite kao što su kalijum, kalcijum, magnezijum i fosfor čija je nadoknada jako važna u toku napornih treninga, vitamine B-grupe - značajne sa aspekta energetskog metabolizma, kao i moćne antioksidanse - vitamine C i E. Takođe sadrži i ugljenje hidrate, povećava izdržljivost i odlaže osećaj umora.



500 g
AKCIJA
990 RSD
Stara cena: 1590 RSD
Ušteda: 600 RSD



300 g
1920 RSD

107 g
80 RSD

BLADESPORT NO BEAST

BLADE NO Beast je dodatak ishrani, koji je formulisao kao pre-workout preparat. Vitamini u proizvodu doprinose održavanju normalnog energetskog metabolizma, normalizaciji metabolizma proteina i glikogena. Ukusi: grožđe i narandža.



250 g
Trajno niska cena
1540 RSD

BLADESPORT BCAA 7000

U pogledu izgradnje i očuvanja mišićne mase, ne postoje važnije aminokiseline od BCAA. Igraju veoma važnu ulogu u regulaciji energije i metabolizmu proteina. Zahvaljujući ovakvom dejstvu aminokiselina razgranatog lanca suplementacija BCAA je siguran put za veći i brži rast mišića.

Pored BCAA u sastavu proizvoda nalazi se i L-glutamin, poluesencijalna ili uslovno esencijalna aminokiselina.

NATROL MACA

Tradicionalno se koristi zbog njenog energizujućeg i afrodizijakog dejstva i sposobnosti da poboljša plodnost. Koristi se i za tretman mnogih bolesti i stanja, najčešće za tretman anemija, steriliteta i disbalansa ženskih polnih hormona. Deluje protiv stresa i posledica stresa i smanjuje osećaj umora.



60 kaps.
Trajno niska cena
1290 RSD

NATROL MELATONIN

Supstanca koja se luči u našem telu i čiji je zadatak da diktira životni tempo organizmu. Upravo je on odgovoran za pospanost tokom noći, pa se njegovim unošenjem može izazvati osećaj opuštanja i utonuti u okrepljujući san.



90 kaps.
Trajno niska cena
1100 RSD

OGLASITE VAŠU TERETANU ILI FITNESS CENTAR U PANSport BILTENU I NA PANSport SAJTU



OGLAŠAVAJTE SE NA PANSport SAJTU U DELU FITNES CENTRI

www.pansport.eu/fitness-centri.html
pomoću osnovnog, srebrnog ili zlatnog paketa

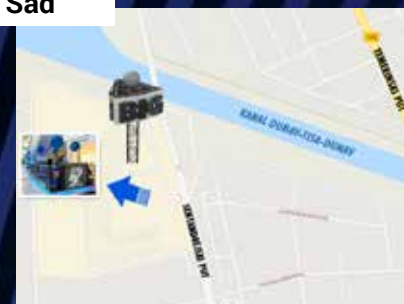
POSTANITE DEO PANSport TIMA I UNAPREDITE SVOJE POSLOVANJE

dodatne informacije na fitnesscentri@pansport.eu



PANSport prodavnice

Novi Sad



Novi Sad, TC BIG, Sentandrejski put 11,
060/582-05-61



Novi Sad, Dunavska 6,
021/467-300, 062/808-46-08



Novi Sad, Stražilovska 35,
021/533-613, 062/808-46-10

Beograd



Beograd, Bulevar Kralja Aleksandra 183,
011/24-56-030, 062/808-46-03



Beograd, YBC lok. 14, Bulevar M. Pupina 10e
(blok)12, 011/311-01-52, 062/808-46-05

Borča



Borča, Bratstva i jedinstva 44,
011/33-25-902, 060/582-05-57

Užice



Užice, Dimitrija Tucovića 163,
031/525-675, 060/582-05-59

Subotica



Subotica, Korzo 7b,
024/524-755, 062/808-46-18

Novi Pazar



Novi Pazar, 28. novembar bb (glavno
setalište), 020/313-412, 062/808-46-21

Lokacije naših ostalih maloprodajnih objekata možete pogledati na poslednjoj strani biltena...

MALOPRODAJNI OBJEKTI PANSPORTA

Radnim danima od 8:30 do 20:00 i subotom od 8:30 do 14:00

BEOGRAD 1 TC FUTURA I sprat, Nemanjina 40, 011/365-10-70, 062/808-46-01

BEOGRAD 3 Bul. Kralja Aleksandra 183, 011/24-56-030, 062/808-46-03

BEOGRAD 4 Požeška 108a, I sprat (lokal 26), 011/357-39-91, 062/808-46-04

BEOGRAD 5 Vojvode Stepe 202, 011/39-62-523, 069-80-82-702

NOVI BEOGRAD 1 YBC lok. 14, Bul. M. Pupina 10e (Blok 12), 011/311-01-52, 062/808-46-05

NOVI BEOGRAD 2 TC PIRAMIDA, UTZ 6, lok. 8, Jurija Gagarina 151v, 011/22-83-205, 062/808-46-06

BORČA Bratstva i jedinstva 44, 011/33-25-902, 060/582-05-57

ZEMUN Cara Dušana 64, 011/21-91-047, 062/808-46-07

ZRENJANIN Milutina Milankovića, lokalitet 12 (kod Nove pijace), 023/511-227, 062/808-46-20

NOVI SAD 2 Rumenačka 108, 021/63-65-699, 062/808-46-09

NOVI SAD 3 Stražilovska 35, 021/533-613, 062/808-46-10

NIŠ 1 TC KALČA I sprat, lok. 5, 018/523-720, 062/808-46-14

NIŠ 2 Voždova 17, 018/512-370, 062/808-46-15

KIKINDA Trg Srpskih Dobrovoljaca 50, 0230/421-349, 062/808-46-11

KRAGUJEVAC Cara Lazara 1, 034/363-808, 062/808-46-12

KRUŠEVAC Majke Jugovića 29, lok. 2, 037/441-301, 062/808-46-13

LESKOVAC Bulevar Oslobođenja 82, 016/244-864, 062/808-46-22

NOVI PAZAR 28. novembar bb (glavno šetalište), 020/313-412, 062/808-46-21

SMEDEREVO Knez Mihailova, TC Don Žon lok.4, 026/619-055, 062/808-46-17

SUBOTICA Korzo 7b, 024/524-755, 062/808-46-18

UŽICE Dimitrija Tucovića 163, 031/525-675, 060/582-05-59

VALJEVO Kneza Miloša 38, 014/248-179, 062/808-46-19

VRANJE Partizanska bb, 017/427-337, 062/808-46-23

ŠABAC Masarikova 5, 015/355-153, 062/808-46-16

NOVI SAD 1 Dunavska 6, 021/467-300, 062/808-46-08 (pon-sub 9:00 - 21:00, ned 14:00 - 21:00)

NOVI SAD 4 TC BIG, Sentandrejski put 11, 060/582-05-61 (pon-ned 10:00 - 22:00)

BEOGRAD 2 TC MILLENNIUM, I sprat lok. 92, Knez Mihailova 21, 011/32-86-763, 062/808-46-02 (pon-pet 10:00 - 20:00, sub 10:00 - 16:00)

SOMBOR Zmaj Jovina 3, 025/432-340, 069/808-27-04 (pon-pet 12:00 - 20:00, sub 8:30 - 14:00)



OVLAŠĆENE PRODAVNICE

ČAČAK
KRALJEVO
PANČEVO

Sport Trade, Gradsko šetalište bb, 064/176-26-19;
Džin, Milana Toplice 26 (na Keju kod Caffè-a Koš), 063/80-33-618;
Fit Sport, Karađorđeva 13-15 (u dvorištu) lokal 17, 013/332-865;

PANSport svojim cenjenim potrošačima starijim od 60 godina, koji brinu o svom zdravlju, omogućava kupovinu sa popustom od 10% u svim maloprodajnim objektima, uz obavezno prilaganje lične karte na uvid. Molimo penzionere da ne zloupotrebljavaju našu dobru volju da im pomognemo da se brinu o svom zdravlju.

DOSTAVA PAKETA - cenovnik Bex kurirske službe koji važi od 17.2.2020. god.

Za dostavu paketa na kućnu adresu, važi sledeći cenovnik **kurirske službe BEX**:

paketi do 5 kg - 175 rsd*; 5-10 kg - 280 rsd*; 10-20 kg - 520 rsd*; 20-30 kg - 620 rsd*; 30-50 kg - 750 rsd*;
50 - 70 kg - 920 rsd*; 70 - 100 kg - 1150 rsd*; preko 100 kg - 1150* + 12 rsd za svaki naredni kilogram.

Na primer paket od 150 kg koštaće 1750 rsd (paket do 100 kg košta 1150 rsd znači 100 + (50 x 12) = 1150 + 600 = 1750).

* Za Beograd se na navedene cene naplaćuje dodatnih 50 rsd, dok za ruralna područja 100 rsd.

**Za komitente koji pakete plaćaju pouzećem, na navedene cene se dodaje 82 rsd fiksno.

ZA SVE NARUDŽBINE PREKO 5000 RSD DOSTAVA JE BESPLATNA!

*ova pogodnost važi samo za MP cene, bez popusta.

MOLIMO KUPCE KOJI NARUČUJU ROBU TELEFONOM ILI PREKO INTERNETA DA, UKOLIKO PO PRISPEČU ROBE PRIMETE DA JE PAKET OŠTEĆEN, ILI BILO KOJE DRUGE PROMENE NA PAKETU, ODMAH NAPRAVE ZAPISNIK SA DOSTAVLJACEM BEX-A I PAKET VRATE BEZ PLAĆANJA SUME ZA DOSTAVU.

NAVEDENE AKCIJE U BILTENU VAŽE DO NAREDNOG IZDANJA I DOK TRAJU ZALIHE.

Pansport zadržava pravo korekcije cena i izmene akcijske ponude.

KOMITENTIMA KOJI ROBU NARUČUJU PUTEM TELEFONA/INTERNETA

Pansport obaveštava cenjene kupce da će svi paketi naručeni preko interneta ili veleprodaje Pansport-a (021/820-555, 021/820-245 i 062/111-0-999) do 14h radnim danom biti poslani istog dana, što znači da će u većim gradovima korisnici dobiti paket već dan nakon naručivanja. Ovo je zagarantovano ukoliko je roba na lageru veleprodaje Pansport-a. Sve ostale narudžbine koje pristignu do 16h u toku radnog dana biće realizovane u toku sledećeg radnog dana, osim ako robu naručujete u petak, robu šaljem tek u ponedeljak iz razloga što kurirska služba subotom radi dostave paketa samo u većim centrima (SU, SO, BG, KG, KV, NI...). Od dana slanja paketa rok za dostavu je 24-48 sati, a o tome će Vas obavestiti naš kolega, koji prima Vašu narudžbinu.

NAPOMENA: Ukoliko je narudžbina primljena dan uoči praznika, biće realizovana prvog sledećeg radnog dana.