**Hardrock Eph-100 — skuteczny spalacz tłuszczu**

**W drodze do wymarzonej sylwetki warto sięgnąć po profesjonalne suplementy diety. Na rynku obecnie dostępnych jest wiele suplementów i odżywek: na masę, na redukcję masy, na przełamanie stagnacji w treningu... <strong>Hardrock Eph-100</strong> zalicza się do najbardziej skutecznych spalaczy tłuszczu.**

**Hardrock Eph-100 — skuteczny spalacz tłuszczu**

Na rynku obecnie dostępnych jest wiele suplementów diety i odżywek: na masę, na redukcję masy, na przełamanie stagnacji w treningu... Suplement diety **Hardrock Eph-100** można zaliczyć do najbardziej skutecznych spalaczy tłuszczu.

**Suplement diety Hardrock Eph-100 — cechy**

Ten suplement diety pomaga nie tylko w redukcji masy ciała, ale również w podtrzymaniu dobrego samopoczucia, które może być zachwiane podczas tego procesu. Mieszanka aktywnych składników zawiera między innymi:

l kofeinę bezwodną, która zmniejsza uczucie zmęczenia;

l wyciąg z ephedra viridis, który zmniejsza transport glukozy do tkanki tłuszczowej;

l yohimbinę, która moduluje nastrój i podnosi ciśnienie krwi;

l wyciąg z korzenia pokrzywy, który zwiększa stężenie testosterony w krwi;

l teofilinę, która poprawia przepływ krwi przez nerki.

Szczegółowy skład można sprawdzić na stronie producenta lub w sklepie internetowym BodyShock. Zalecana dawka suplementu diety [Hardrock Eph-100](https://bodyshock.pro/pl/products/eph-100-100-caps-245.html) to 1 kapsułka 2 razy dziennie.



**Redukcja masy ciała — o czym warto pamiętać?**

Jeśli chcemy zredukować masę, warto pamiętać nie tylko o profesjonalnym wsparciu w postaci sprawdzonych suplementów diety.

Kluczową rolę w tym procesie odgrywa metabolizm, dlatego należy zadbać o odpowiednią ilość snu, regularne i zróżnicowane ćwiczenia oraz dietę. W drodze do wymarzonej sylwetki możemy zapomnieć o ćwiczenia aerobicznych lub interwałowych, ale badania wskazują, że one najbardziej skutecznie spalają tkankę tłuszczową.