

# معماری افزایش حجم عضلانی با مس گینر ۷۰-۳۰ پگاه

فرمولاسیون تخصصی اولترا پاور برای افزایش وزن خشک، ریکاوری سریع و پر کردن ذخایر گلیکوژن.



# نسبت طلایی عضله‌سازی: ۳ سهم انرژی، ۱ سهم پروتئین



## انرژی و سوخت

کربوهیدرات پیچیده (۷۰٪)

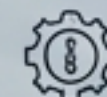
وظیفه: پر کردن سریع ذخایر سوخت عضلات (گلیکوژن) پس از تمرین، جلوگیری از افت توان و تامین کالری هدفمند برای افراد با متابولیسم بالا.

## سنتز عضله

پروتئین وی و شیر (۳۰٪)

وظیفه: هدایت افزایش وزن به سمت عضله‌سازی پایدار، جلوگیری از تخریب بافت‌ها و تسريع ریکاوری انفجاری.

این نسبت دقیق، منطبق بر استانداردهای جهانی (از جمله مقالات Nutrients) برای بازسازی حداکثری بدن است.



# داشبورد سوخت‌رسانی عضلات شما

ارزش غذایی در هر ۱۰۰ گرم



چربی/قند مضر



پروتئین



کربوهیدرات



کالری خالص (انرژی)

آنالیز هر پیمانه استاندارد (۳۰ گرمی)

۶.۹ گرم پروتئین

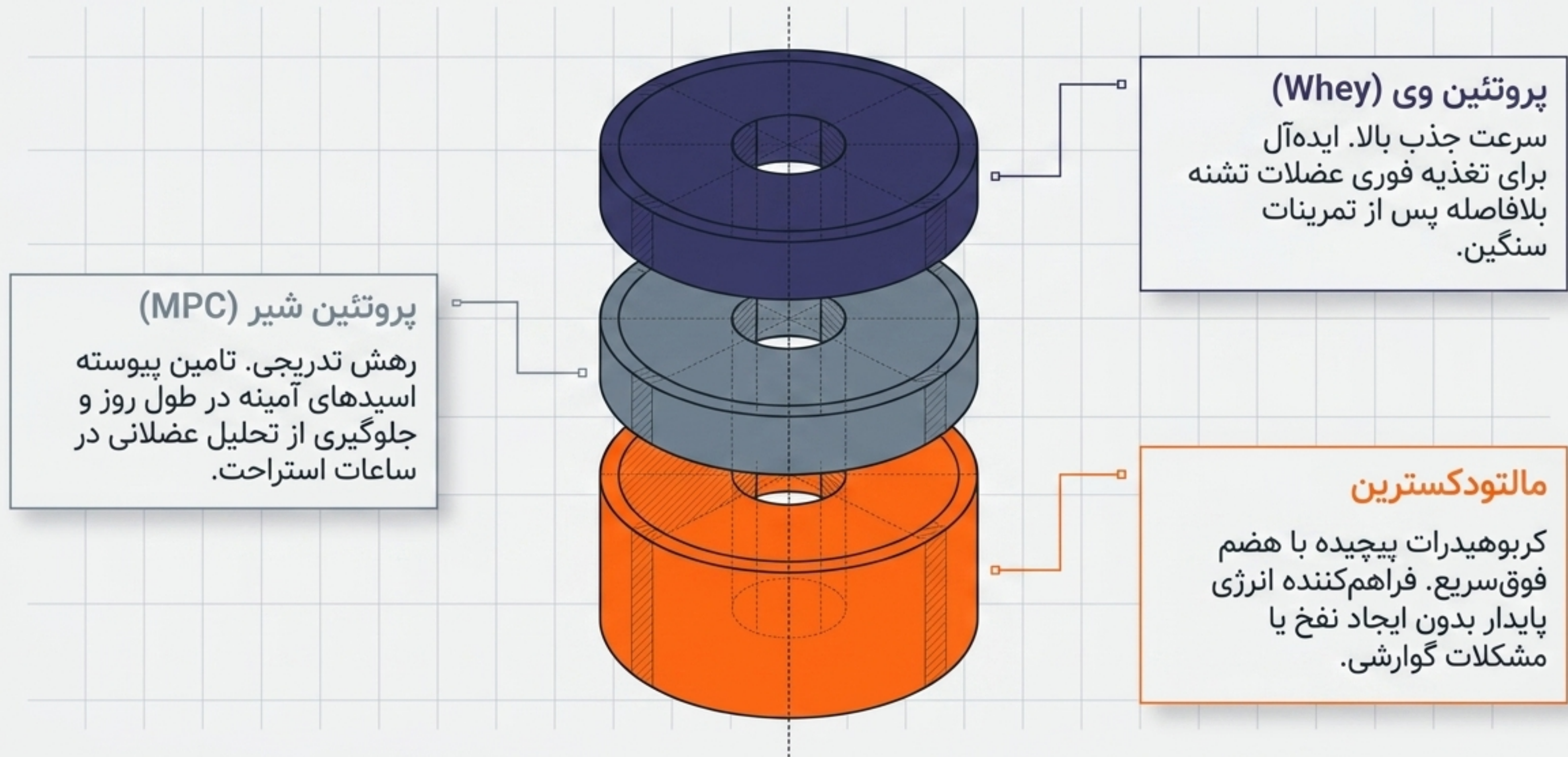
۱۹.۵ گرم کربوهیدرات

۱۰۵.۶ کالری

تامین کالری بالا بدون ایجاد سنگینی در معده و بدون تجمع چربی‌های غیرضروری.



# کالبدشکافی فرمولاسیون: مهندسی دقیق ترکیبات



# ماتریس تجویز اختصاصی بر اساس تیپ بدنی

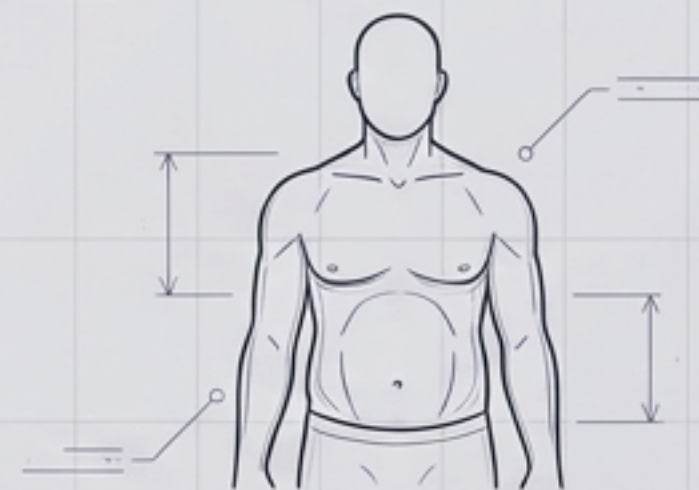


**تیپ بدنی اکتومورف**  
(افرادی که به سختی وزن می‌گیرند)

هدف: افزایش سریع و اصولی وزن.

**دوز پیشنهادی: ۲ تا ۳ وعده در روز.**

زمان بندی: صبح (جبران کاتابولیسم)، بعد از تمرین (ریکاوری)، و بین روز (افزایش کالری بدون پر شدن معده).



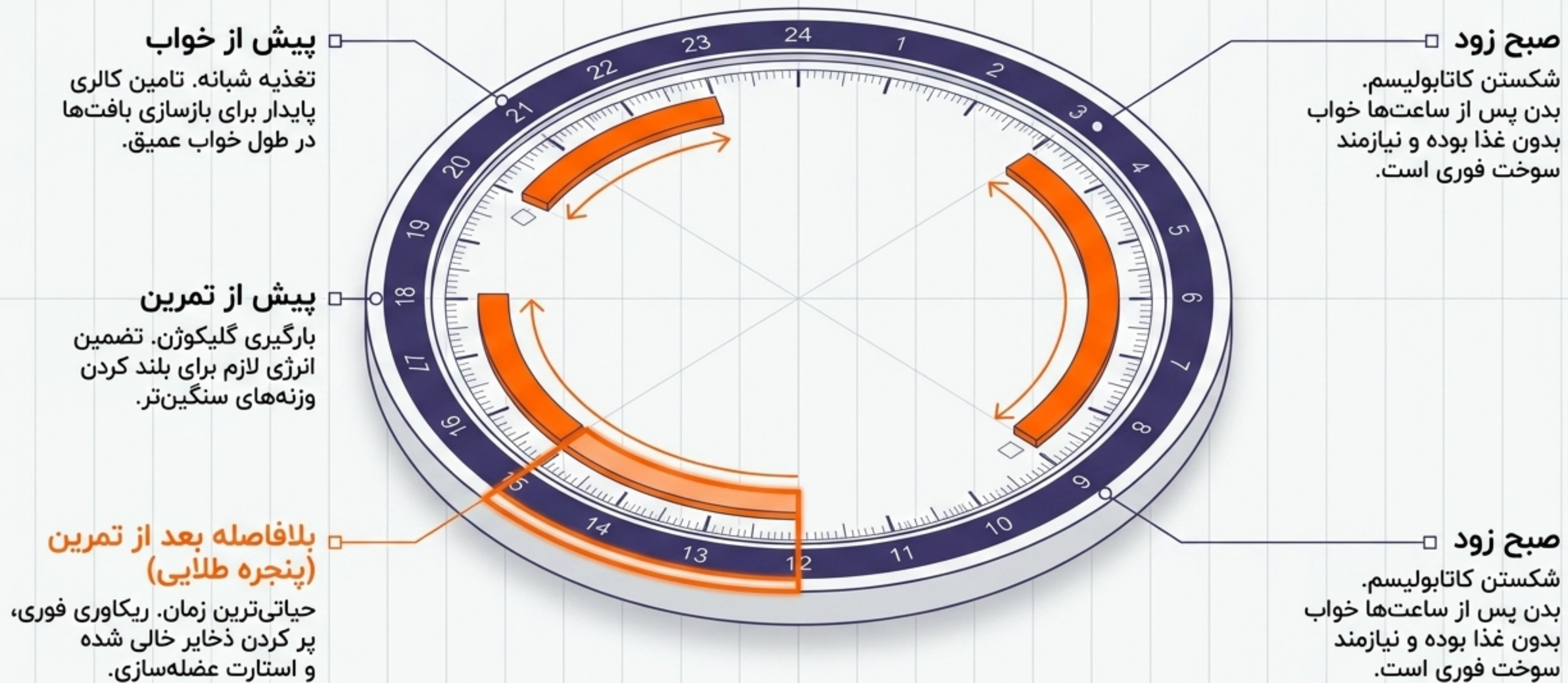
**تیپ بدنی اندومورف**  
(مستعد افزایش توده چربی)

هدف: افزایش حجم خشک و بدون چربی.

**دوز پیشنهادی: حداکثر ۱ وعده در روز.**

زمان بندی: فقط و فقط بلافاصله پس از پایان تمرین (پنجره طلایی جذب).

# ساعت بیولوژیک رشد: زمان بندی طلایی مصرف



# الگوریتم آماده‌سازی یک شیک استاندارد



## مرحله ۳: ترکیب

ترجیحاً از شیکر فنردار استفاده کنید و به خوبی تکان دهید تا پودر کاملاً یکدست شود.



## مرحله ۲: دوز مصرفی

۱ الی ۲ پیمانه از مس گینر ۳۰-۷۰ را اضافه کنید. (توصیه: افراد تازه‌کار با نیم‌دوز شروع کنند).

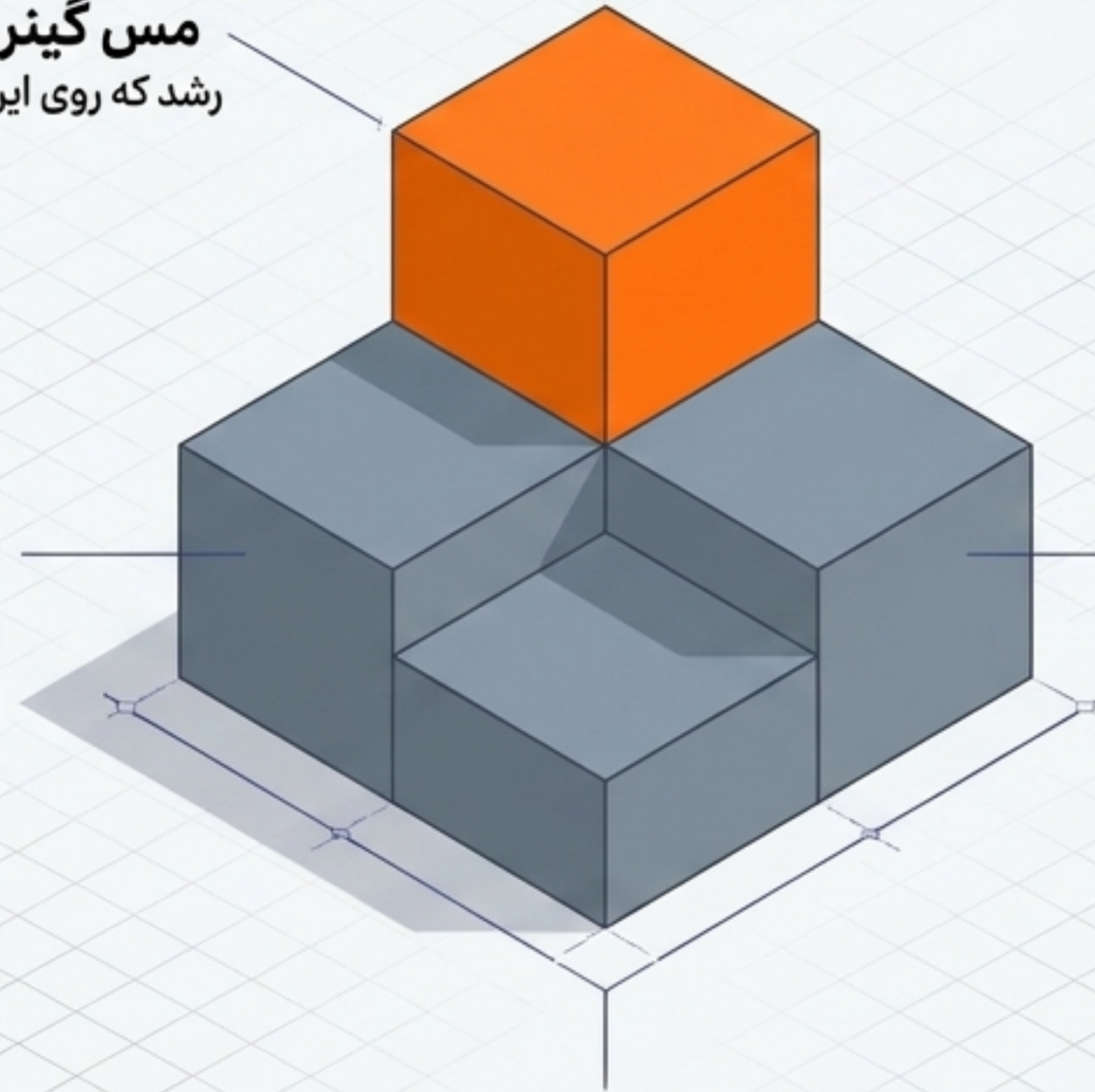


## مرحله ۱: پایه مایع

۱۵۰ الی ۳۰۰ سی‌سی آب سرد یا شیر (بسته به کالری هدف) را درون شیکر بریزید.

# پایه‌های معماری بدن: مثلث طلایی موفقیت

**مس گینر ۷۰-۳۰:** شتاب‌دهنده  
رشد که روی این سه پایه مستقر می‌شود.



## تمرین مستمر با وزنه

فشار تمرین، درگاه ورود کربوهیدرات و پروتئین به درون سلول‌های عضلانی را باز می‌کند.

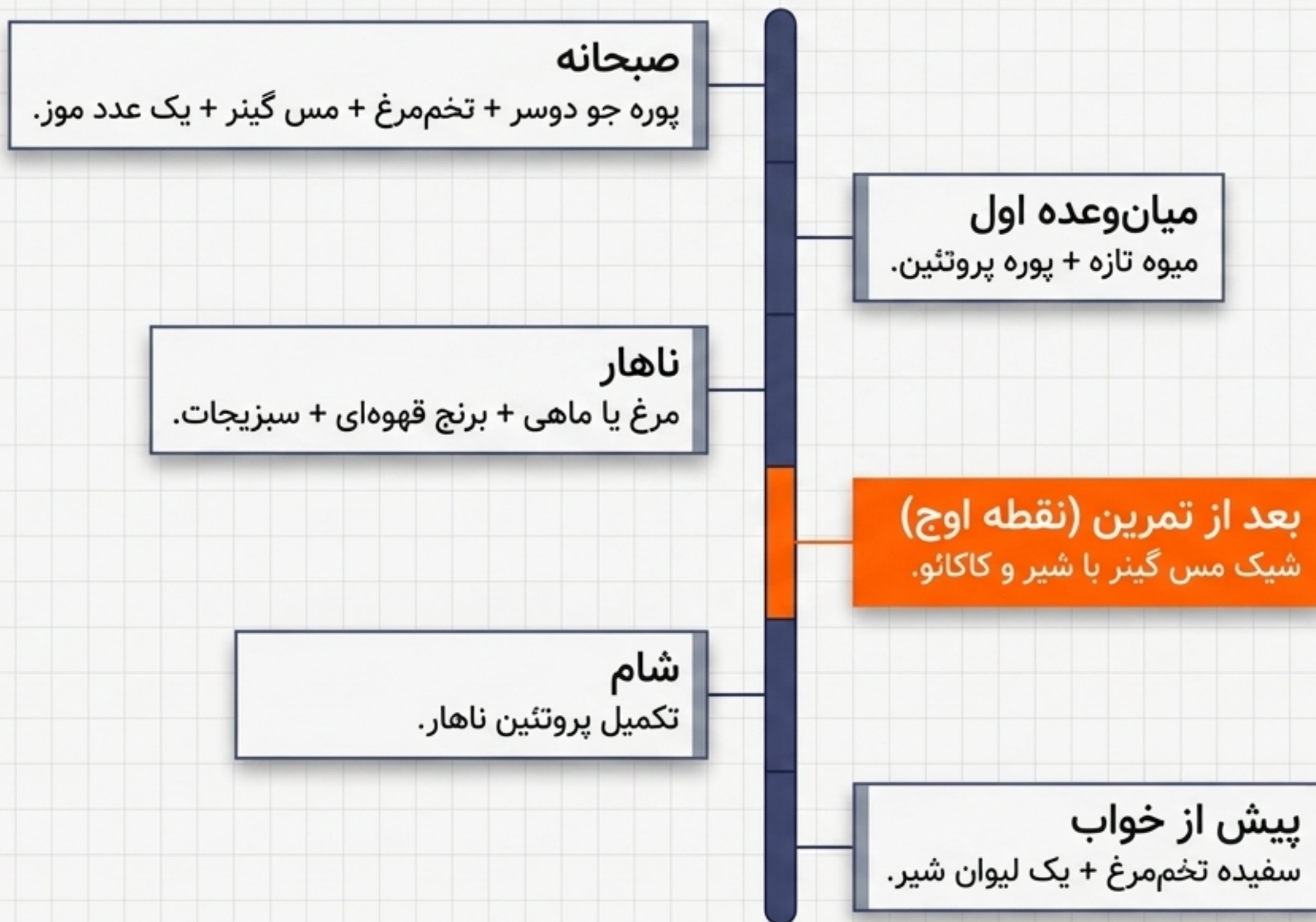
## تغذیه طبیعی

مس گینر یک «مکمل» است؛ هرگز آن را جایگزین وعده‌های اصلی غذایی سالم نکنید.

## خواب منظم و کافی

فرآیند اصلی بازسازی بافت‌ها و ترشح هورمون‌های رشد منحصراً در زمان استراحت عمیق رخ می‌دهد.

# ادغام استراتژیک مس گینر در رژیم غذایی قهرمانان



# تضمین کیفیت: تاییدیه خلوص و استانداردهای آزمایشگاهی



## استانداردهای ملی

منطبق بر الزامات دقیق ISIRI 639 و  
INSO 2303.



## تاییدیه آزمایشگاهی

تست شده در آزمایشگاه پیشگامان کیفیت  
یارت (همکار رسمی سازمان غذا و دارو).



## ضمانت پارسی پودر

تمامی محصولات دارای ضمانت اصالت  
کالا و مرجوعی بی‌قید و شرط هستند.



## تولید ایمن

تولید شده توسط شرکت معتبر پارتاگرو فود  
(پگاه) با نمونه‌گیری مستقیم از انبار کارخانه.

# سرمایه‌گذاری روی فیزیک بدنی: ارزش در برابر هزینه

۴.۶ / ۵

ارزیابی کاربران (بر اساس ۴۱ دیدگاه تخصصی). ★★★★★

کیفیت اسیدآمینها

75%

ارزش خرید نسبت به قیمت

76%

سرمایه‌گذاری: ۷۹۰,۰۰۰ تومان

تنوع طعم: موجود در دو طعم پرتلفدار شکلاتی و وانیلی.

مقرون به صرفه‌ترین انتخاب با کیفیت ممتاز جهانی برای خروج از استپ وزنی.

# مسیر مستقیم تهیه نسخه اصلی از مرجع تخصصی

برای ثبت سفارش و مشاهده آنالیز دقیق،  
مراجعه کنید:

**ParsiPowder.com**

(بدون نیاز به ثبت نام برای خرید)

**نیازی به جستجوی بیشتر نیست؛ معماری  
بدن شما از اینجا آغاز می شود.**

**چرا پارسی پودر؟ بزرگترین پلتفرم و نمایندگی  
رسمی محصولات اولترا پاور پگاه.**

پرداخت ایمن درب منزل  
(از طریق تیپاکس).



ارسال سریع و بدون اختلال  
به سراسر ایران.



مشاوره تخصصی و ضمانت  
اصالت فیزیکی کالا.

