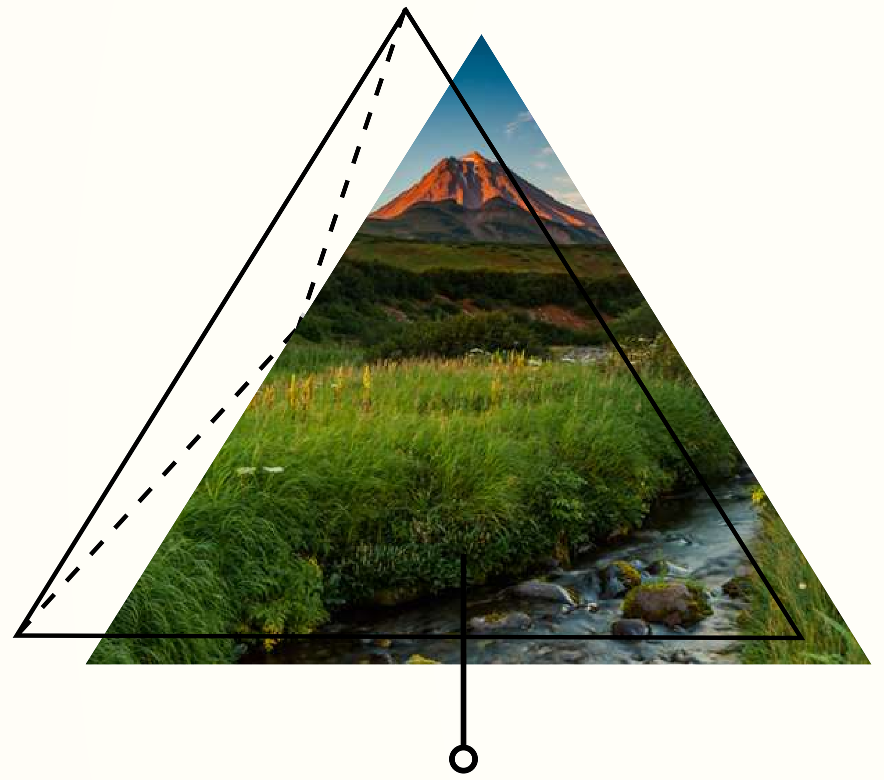
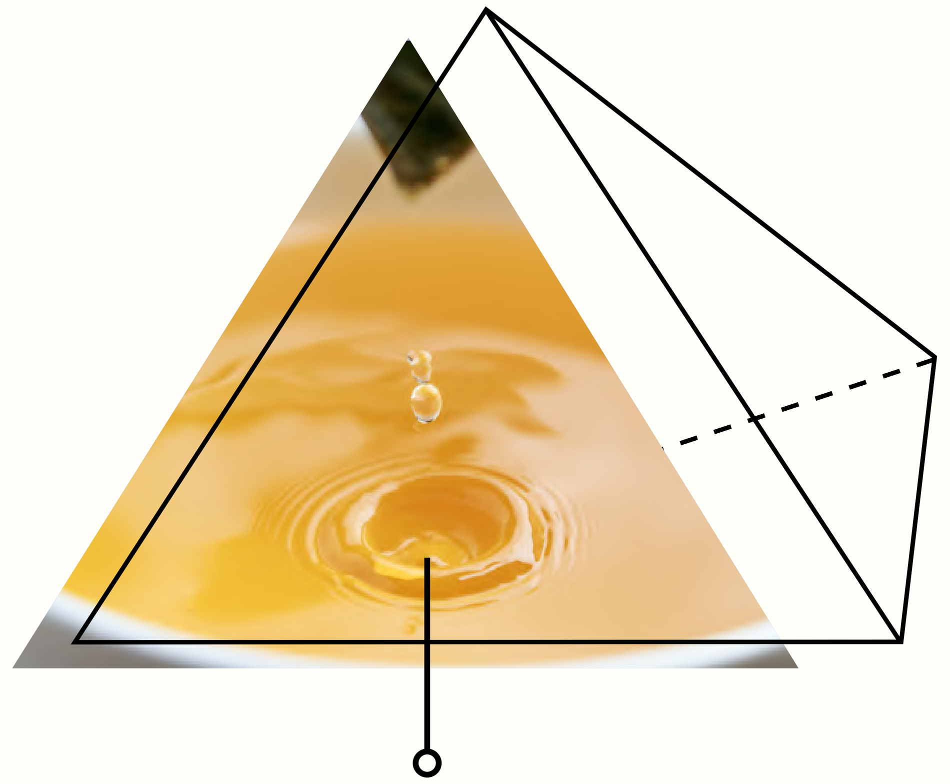
Herbal Tea
ENERWOOD
Har bir piramidchada ta'm va foyda

# ENERWOOD HERBAL TEA – BU:



## OʻZIGA XOS JOY

Noyob giyohlar-endemiklar oʻsadigan Kamchatkaning yovvoyi tumanlari

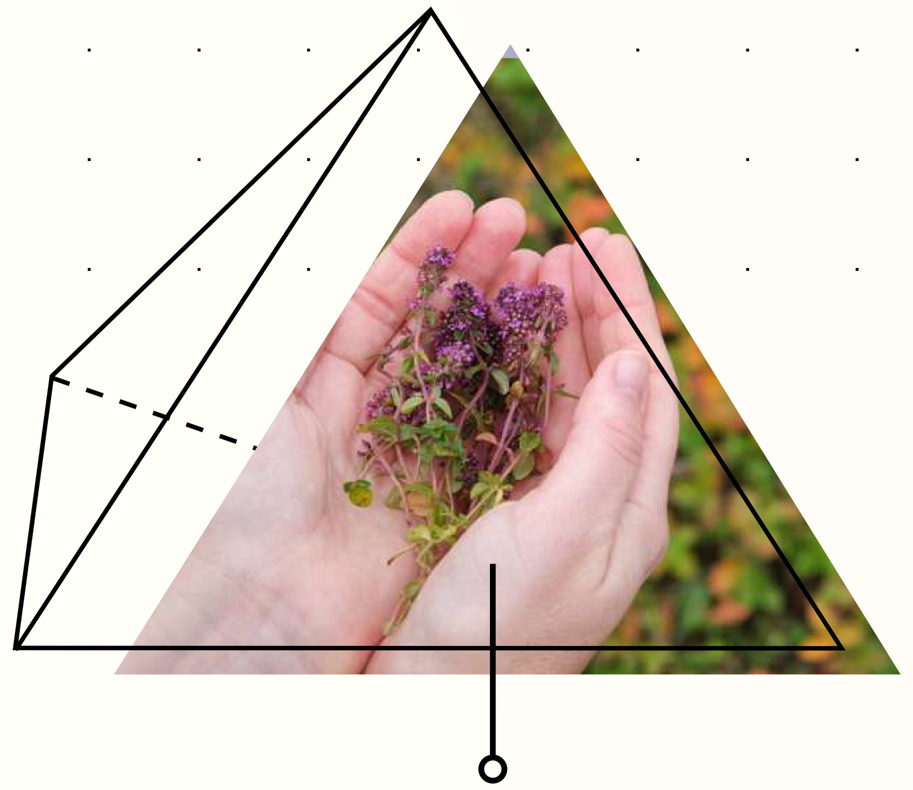


## OʻZIGA XOS TAʼM

Klassik choy barglari va yovvoyi giyohlar-endemiklarning eksklyuziv kupajlari

## OʻZIGA XOS QADOQ

Ichimlikning taʼmini maksimal darajada ochib beruvchi ipak piramidchalari



## OʻZIGA XOS TAYYORLANISH

Komponentlarning qolda yigʻilishi va mahsulotning Yevropa sifat standarti va xavfsizligi

# NOYOB GIYOHLAR-ENDEMIKLAR O'SADIGAN KAMCHATKANING YOVVOYI TUMANLARI

Kamchatka yarim orolining noyob geografik joylashishi, tinch okean iqlimi, kislorod bilan to'yingan havo, dunyoda yagona bolgan suvning azot-kremniy tarkibli va termofil suv o'tlari bolgan manbalar noyob giyohlar-endemiklarning o'sib-rivojlanishi uchun alo darajadagi sharoitni yaratdi.

Mahalliy giyohlar o'ziga shifobaxsh suv bilan vitaminlarni va mikroelementlarni o'zlashtirdi, bu ular sizning ichimligingizga o'ziga xos kuchni va energiyani beradi.

# KLASSIK CHOY BARGLARI VA YOVVOYI GIYOHLAR-ENDEMIKLARNING EKSKLYUZIV KUPAJLARI

O'ZIGA XOS TA'M

## SIFATLI CHOYNING YOQIMLI TO'YINGAN TA'MI

SARALANGAN CHOY BARGLARI (QORA VA KO'K)

+

BIOFAOL GIYOHLAR-ENDEMIKLAR

VS

## GIYOHLARNING O'ZIGA XOS IFORI VA TA'MI

FITOKOMPONENTLAR

# OZIGA XOS QADOQ

## MAKSIMAL DAMLASH

Piramidchaning qoʻshimcha hajmi choy barglariga toʻgʻri ochilish va ichimlikka maksimum taʼm, foyda va goʻzallikni berish imkonini yaratadi.

## QULAYLIK

Piramidchaning shakli anʼanaviy dorixona paketchalari-"matraslar" yoki fitosochmaga qaraganda pishiqroqdir.

# OZIGA XOS TAYYORLANISH

| | |
|---|---|
| 6 STEP | KUPAJLASH VA QADOQLASH |
| 5 STEP | ZARARLANTIRISH VA FILTRATSIYA |
| 4 STEP | KOMPONENTLAR TAHLILI |
| 3 STEP | QURITISH VA SAQLASH |
| 2 STEP | GIYOHLARNING AVAYLAB YIGILISHI |
| 1 STEP | CHOY BARGINI SARALASH |

CHOY YO'LI –
BU TA'M VA FOYDANING
CHO'QQISIGA CHIQISHDIR

# 1 STEP

# CHOY BARGINI SARALASH

CHOY BARGINI YETKAZIB BERUVCHILARI QATORIDA - HINDISTON, SHRI-LANKA, XITOYNING IZOLYATSIYALANGAN TUMANLARIDAN YIRIK PLANTATSIYALAR VA KATTA BOʻLMAGAN XOJALIKLAR. YUQORI SINFDAGI CHOY ENG MAQBUL DAVRDA YIGILGAN ENG YAXSHI BARGCHALARDAN OLINADI.

Choyning foydasi haqidagi afsonalar asrlar osha bizga yetib kelmoqda. Choyning ko'p rango-rang shifobaxsh xususiyatlari ushbu giyohning boy kimyoviy tarkibi bilan tushuntiriladi.Agar XIX-asrning oxirida olimlar choyda faqat moddalarning 4-5ta asosiy turlarini ajratib bergan bo'lsalar, bugungi kunga kelib esa bu miqdor 300gacha kotarildi.

## 2 STEP

## KAMCHATKANING GIYOHLARINI AVAYLAB TERISH

- **QOʻLDA TERISH**
  Giyohlar-endemiklar yetib borish qiyin bolgan joylarda yashirinadi, ularning u yerda qolda terilishi faqat tajribali usta-terimchilar tomonidan imkoni bor.
- **1/3-QOIDA**
  Terimchilar uchdan bir qoidaga albatta rioya qilishadi, bunda giyohlarning katta qismi tabiiy plantatsiyalarni saqlab qolish uchun tegilmagan holda qoladi.
- **BIOFAOLLIK CHOʻQQISI**
  Tajribali ustalar giyohlar shimol yozini qisqa davrida oʻzlariga maksimal darajada foydali faol moddalarni olgan vaqtda qatʼiy ma'lum davrda terishadi.

**NATIJA:**

**RESURSLARNI MAKSIMAL SAQLAB QOLISH BILAN EKOLOGIK VA AVAYLAB TERISH USULI.**

# 3 STEP

# TABIIY QURITISH VA SAQLASH

- **INDIVIDUAL QURITISH**
  Har bir giyoh-endemiklar quritishga o'ziga xos yondashuvni talab qiladi: ba'zilar tabiiy ko'rinishda quritiladi, boshqalari o'raladi va quyoshda fermentatsiyaga uchratiladi.

- **BIR MAVSUM QOIDASI**
  Foydali xususiyatlarni maksimal saqlab qolish uchun har bir giyoh namlik va harorat rejimiga rioya qilgan holda bir mavsumdan ortiq bolmagan vaqtda o'zgarmagan ko'rinishda saqlanadi.

**NATIJA:**

HAR BIR TERIMDA FOYDALI MODDALARNI SOFLIGINI KAFOLATLASH VA ULARNI MAKSIMAL SAQLAB QOLISH.

## 4 STEP

## KOMPONENTLAR TAHLILI

- **FAOL TARKIB TAHLILI**
  Giyohlar-endemiklarning har bir partiyasi faol moddalarning saqlanishiga laborator sharoitlarda sinovdan otadi.
- **XOM-ASHYONI SARALASH**
  Aktivlarning miqdori bilan muvofiqlikda toifalar bo'yicha giyohlarni bo'lish har bir piramidchada turg'un tarkibi va faol ingrediyentlarning ishonchli miqdori bilan choyni aniq namoyish qilishga imkon beradi.

**NATIJA:**

SIZ HAR BIR CHOY PAKETCHASIDAGI FAOL INGREDIYENTLARNING BIR XILDA SAQLANISHIGA ISHONCH HOSIL QILISHINGIZ MUMKIN.

# 5 STEP

# KOP BOSQICHLI FILTRATSIYA

Qo'lda terilgan va tabiiy quritilgan giyohlar majburiy tarzda ekologik kop bosqichli filtrlash tizimidan o'tadi.

1. XOM-ASHYONI EKOLOGIK USULDA ZARARSIZLANTIRISH.
2. LAZER ASBOB-USKUNALAR yordamida begona zarralarni filtrdan otkakzish.
3. MIKROORGANIZMLARNI ISTISNO QILISH UCHUN BUG‘ BILAN ISHLOV BERISH.

**NATIJA:**

- XALQARO STANDARTLAR BILAN MUVOFIQLIKDA XOM-ASHYONING XAVFSIZLIGI VA SIFATI KAFOLATLANGAN.
- CHOY MAKSIMUM VITAMINLAR, MIKROELEMENTLAR VA ANTIOKSIDANTLARNI SAQLAYDI.

# 6 STEP

# KUPAJLASH VA QADOQLASH

- **UYGʻUNLIK QOIDASI**

  Giyohlar-endemiklar boy faol tarkibga ega, shuning uchun ularning uygʻunligiga maksimal xavfsizlik va sinergiya samarasi uchun alohida etibor beriladi.

- **KUPAJLASHDAN AVVAL MAYDALASH**

  Barcha giyohlar bevosita kupajlashdan avval maydalanadi, bu ularning tabiiy foydasini saqlab qolishga, hamda choyni tez damlash uchun suyuqlik bilan tutashish maydonini kattalashtirish imkoni beradi.

- **TAQSIMLOVCHI QADOQLASH**

  Tayyor kupaj barqaror fraktsiyani, ogʻirlikni va choy ichimligining organoleptik koʻrsatkichlarini saqlab qolish bilan maxsus ko'p soyli asbob-uskunalarda piramidchalarga qadoqlanadi.

ISHLAB CHIQARISH VTO, ISO VA YEVROSTANDART TALABLARIGA MUVOFIQ KELADI

LUX
СЕННА
КРУШИНА
20 pyramids
VITA PLUS
ИВАН-ЧАЙ
ШИПОВНИК
20 pyramids
Herbal Tea
№09
АНТИОКСИДАНТНЫЙ
№04
HERBAL TEA CHOYNING HAR BIR FINJONI DORIXONACHINI
INQIROZGA UCHRATADI
Bizning toplamlar profilaktik foydani olib keladi va kundalik choy ichishlar uchun mos keladi.
Biz insonlarni davolamaymiz, biz ularga kasal bolmaslikka komaklashamiz!

Herbal Tea
№06
РАДОСТЬ ДВИЖЕНИЯ
ATLANTEA
№10
ЖЕНСКОЕ НАЧАЛО
DONNA BELLA
Herbal Tea
№02
ОПТИМАЛЬНЫЙ БАЛАНС
Herbal Tea
№01
ЗАРЯД ВИТАМИНОВ
VITA PLUS
LIVERPOOL
СПОРЫШ
GREEN GOLD
ЗЕЛЕНЫЙ И КУРИЛЬСКИЙ ЧАЙ
ИМБИРЬ
20 pyramids
VALERY
ПУСТЫРНИК
РОМАШКА
20 pyramids
LUX
СЕННА
КРУШИНА
20 pyramids
№03
№08
БИЕНИЕ ЖИЗНИ
CARDELLIS
ANTITOX
РОЗМАРИН
БРУСНИКА

Vita Plyus

№01

# VITA PLUS

*Vitaminlar quvvati*

VITAMINLI CHOY ICHIMLIGI

## TABIIY FAOL TARKIB

C vitamini va bioflavonoidlarning boy manbai hisoblanadi. Vitaminlar yetishmovchiligida an'anaviy qollaniladi. Organizmning infektsiyalarga va shamolllash kasalliklariga qarshilikni oshirishga yordam beradi.

- QORA HIND CHOYI
- DO'LANA (MEVALARI)
- QIZILQON (BARGI)
- KARKADE (GIBISKUS)
- NA'MATAK (MEVALARI)
- RYABINA (MEVALARI)
- CHAGA (MEVALI DARAXT)

GREEN HEALTH · GREEN HEALTH

Chaganing foydali xususiyatlari qadim zamonlardan beri malumdir. XI-asrning o'zida mashhur fors tabibi Abu Ali ibn Sino chaganing dorivor vosita sifatida qollanilishini ta'riflagan.

Bir qiz haqida afsona
bor, u oʻz sevgilisini hayotga
qaytarish uchun xudolarga
oʻz jonini hadya qilgan va ular uni
solidago (tillarang rozga)ga aylantirgan.

Bu koʻzni qamashiruvchi limon rangdagi giyoh amerikalik hindular orasida juda ham mashhur. Ular uning jarohatlarni tuzatish, ogʻriq qoldiruvchi va bakterial vosita kabi shifobaxsh xususiyatlariga ishonganlar. Tillarang rozga buyraklar sekretsiyasini oshiradi, organizmning suv-tuz almashinuvi va kislota-ishqoriy muvozanatini tenglashtiradi.

№02

# VODOLEY

*Maqbul muvozanat*

## BUYRAKLAR SOGLIGI UCHUN CHOY ICHIMLIGI

### TABIIY FAOL TARKIB

Buyraklar va siydik chiqarish yollari uchun foydali: siydik haydovchi, yalliglanishga qarshi, umumiy mustahkamlovchi, spazmolitik, antibakterial xususiyatlarga ega.

- KOʻK XITOY CHOYI
- ARPABODIYON (URUGʻLARI)
- KARDAMON (URUGʻLARI)
- TILLARANG ROZGA (ODDIY ZOLOTARNIK) (GIYOH)
- QIZIL TASMA (GIYOH)

GREEN HEALTH • GREEN HEALTH • GREEN HEALTH

Lyuks

# №03

# LUX

*Tozalik va yengillik*

## TOZALOVCHI CHOY ICHIMLIGI

### TABIIY FAOL TARKIB

Yumshoq ichni bo'shashtiruvchi xususiyatlarga ega, me'da-ichak yolining shilliq qavatini qo'zg'atmaydi.

- KO'K XITOY CHOYI
- SANO (BARGI)
- QIZILMIYA (ILDIZI)
- QIZIL TASMA (GIYOH)
- ZIRA (URUG'LARI)
- TILLARANG ROZGA (GIYOH)
- OLXOSIMON ITJUMRUT (PO'STLOG'I)

GREEN HEALTH

Itjumrutning ichni bo'shashtiruvchi xususiyati maymoqoyoq o'rmon hayvonlari sharofati bilan mashhur bolib qolganligini afsonalar dalil beradi. Bu qishki uyquchilar kulbalariga faqat me'dani tozalab keyin uyquga ketishadi. Bir kuni odamlar ayiqlar kech kuzda yerdan itjumrut butasini sug'urib olganligini va uning po'stlog'ini shilib olishni boshlaganini ko'rib qolgan. Bu kuzatuvchilarni giyohning shifobaxshligi haqidagi fikrga olib kelgan. O'sha paytdan boshlab itjumrut go'yoki dorivor giyohlar orasida mustahkam o'rin egallaganmish.

№04
VALERY
TINCHLANTIRUVCHI CHOY ICHIMLIGI
TABIIY FAOL TARKIB
Nerv tizimiga foydali taʼsir qiluvchi
xususiyatlarga ega.
Boʻshashtiradi va tinchlantiradi.
MOYCHECHAK (GULLARI)
OLMA (QURITILGAN MEVALARI)
ARSLONQUYRUQ (GIYOH)
DOLCHIN (POʻSTLOGʻI)
GREEN HEALTH • GREEN HEALTH • GREEN HEALTH
Fenshuy boʻyicha moychechakning
sariq oʻzagi hayotiy energiya va kuch ramzidir.
Qirqib olingan moychechak guldastasi stressni
olishga va ijobiy energiya bilan quvvatlashga
yordam beradi. Tetiklashtiruvchi va immunitetni oshiruvchi
xususiyatlarga ega.

# №05

# GREEN GOLD

*Navqironlik va faollik*

YOSHARTIRUVCHI CHOY ICHIMLIGI

### TABIIY FAOL TARKIB

Navqironlikni va goʻzallikni uzaytirishga yordam beruvchi antioksidant xususiyatlar bilan mashhurdir. Charchoqni bartaraf qilishga, faollikni va ish qobiliyatini oshirishga yordam beradi. Tetiklashtiruvchi va immunitetni oshiruvchi xususiyatlarga ega.

- KOʻK CHOY
- KURIL CHOYI (BARGI)
- TILLARANG ROZGA (GIYOH)
- BRUSNIKA (BARGI)
- ZANJABIL (ILDIZI)
- LIMON (POʻSTI)

Xalq orasida kuril choyini baʼzida beshbarg deb ham atashadi.

Eng tarqalgan afsonaga binoan, Ilya Muromets Qaroqchi-bulbul bilan jangdan oldin sheptuxa (beshbargning xalq orasidagi nomlanishidan biri) oʻsib turgan botqoqqa keldi va qollab-quvvatlashni izlab vatan tuprogʻiga peshonasini qoʻydi. Va Hayot guli Ilyaning sukunatli ibodatiga javob berdi. Botir darhol oʻz qollarida cheksiz kuchni, qalbida esa ajoyib mardlikni his etdi. Mana shu unga vatanni dushmanlardan tozalashga yordam berdi.

# №06

# ATLANTEA

Harakat quvonchi

## BOG'IMLAR UCHUN CHOY ICHIMLIGI

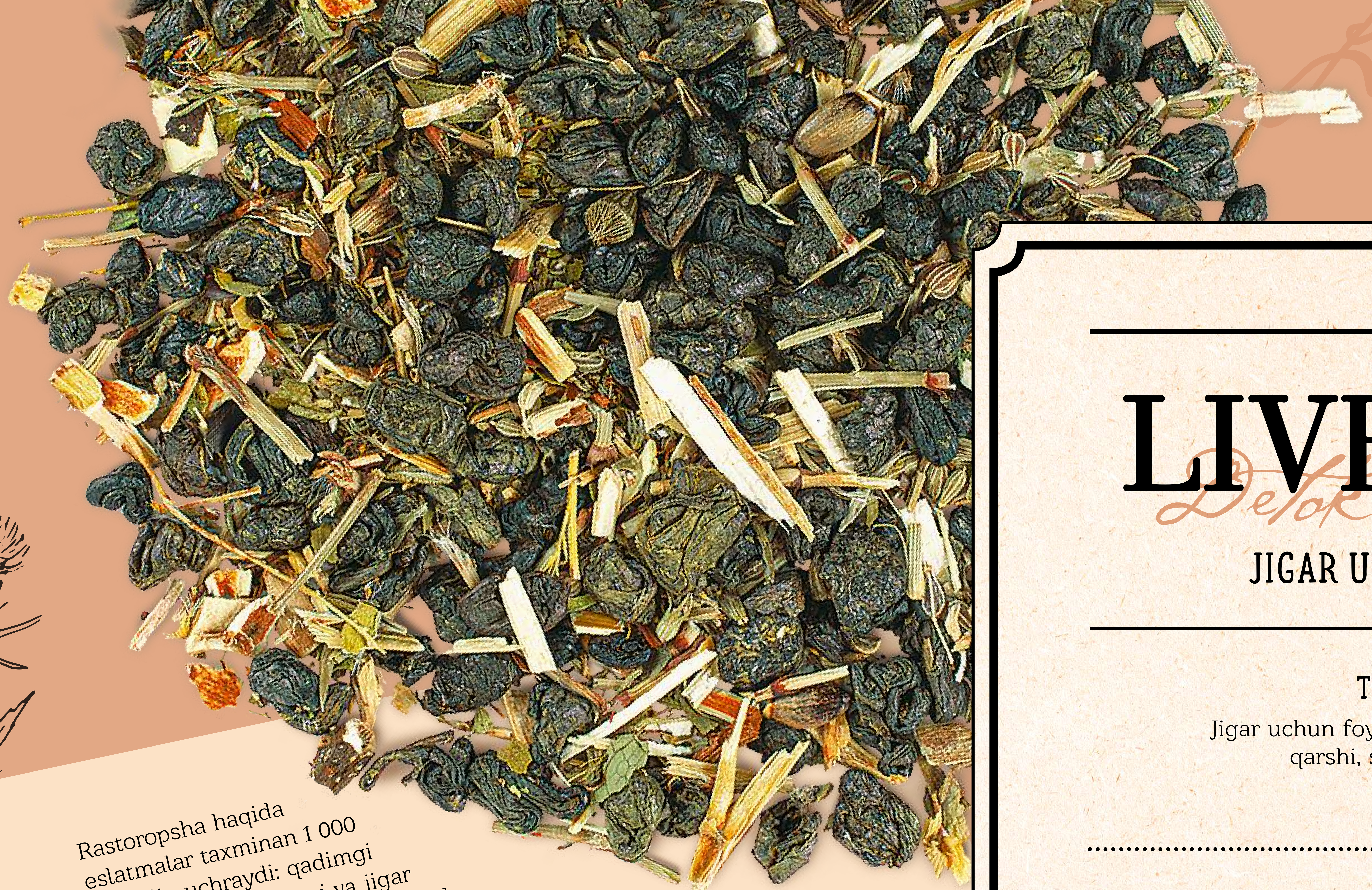
### TABIIY FAOL TARKIB

Bog'imlar uchun foydali: yalliglanishga qarshi, og'riq qoldiruvchi, regeneratsiyani ragbatlantiruvchi xususiyatlari bilan mashhurdir. Antiseptik, yalliglanishga qarshi, umumiy mustahkamlovchi xususiyatlarga ega.

- KO'K XITOY CHOYI
- TILLARANG ROZGA (GIYOH)
- SABELNIK (ILDIZI)
- QIZIL TASMA (GIYOH)
- TOSHCHO'P (GIYOH)
- LIMON (PO'STI)

Bir qadimgi afsonada qizil tasma tog'ga ketib qolish - darvesh bolish istagi borligi, hamma oyoqosti qilib tashlashlari joniga tekkanligi haqida gapirib berilgan. Yolda unga esa dono sehrgar ayol uchrab qolgan. U uni so'zlarini eshitdi va shunday debdi: "Qizil tasma sen bekor toqqa qarab o'rmalab ketmoqdasan. U yerda faqat tog'u-toshlar shamollar va qahraton sovuqlar bor – butkul nobud bolasan. Undan ko'ra odamlar oldiga bor, u yerda o'zing uchun qasos olasan. Odamlarga xalaqit berasan, har joydan o'sib chiqaverasan". Qizil tasma sehrgar ayolning gaplariga quloq solibdi. Faqat bir omadsizlik: hamma joydan o'sib chiqaversa ham u odamlarga hech qanaqasiga xalaqit berolmabdi. Qizil tasma chakalaklarida podalar o'tlab yuridi, uning giyohi bilan kasalliklarni tuzatishmoqda. Qizil tasma shunday qilib odamlar bilan birgalikda yashashga asta-sekin ko'nikibdi..

Bu bardoshli kuchli giyoh xushbo'y ichimlikda bo'g'imlarga kuch beradi, tuzlarni haydab chiqarishga yordam beradi va harakatchanlikni qaytaradi.



Rastoropsha haqida eslatmalar taxminan 1 000 yil oldin uchraydi: qadimgi rimliklar uni gepatitni va jigar serrozini davolash uchun iste'mol qilishgan. Ammo ushbu giyohni qollanilishi ichki sezgiga tayangan holda bolgan. Va 1968 yilga kelib Myunxen farmatsevtika institutida olachipor rastoropshaning bosh tashkil etuvchisi silimarin bilan biokimyoviy tarkibi aniqlab berildi. Bu kamyob biologik faol modda bo'lib, o'zida yettita flavonoidlar va flavolignanlarni birlashtiruvchi, XXI-asrda eng o'rganiluvchi substantsiyalardan biri hisoblanadi – jigarni himoyalash va davolash yo'nalishida taxminan 3 000ta nashr qilingan ishlar malum.

Liverpul

№07

# LIVERPOOL

Detoks va qulaylik

JIGAR UCHUN CHOY ICHIMLIGI

## TABIIY FAOL TARKIB

Jigar uchun foydali: safro xaydovchi, yalliglanishga qarshi, siydik xaydovchi, spazmalitik xususiyatlarga ega.

- KO'K XITOY CHOYI
- RASTOROPSHA (URUG'LARI)
- ARPABODIYON (URUG'LARI)
- QIZIL TASMA (GIYOH)
- REPESHOK (GIYOHI)
- VOLODUSHKA (GIYOHI)

GREEN HEALTH · GREEN HEALTH · GREEN HEALTH

№08

# CARDELIS

*Hayotning dukillashi*

## YURAK VA QON TOMIRLAR UCHUN CHOY ICHIMLIGI

### TABIIY FAOL TARKIB

Yurak va qon tomirlari uchun foydali xususiyatlarga ega: yurak maqomini meʻyorlashtiradi, yurak urish tezligini sekinlashtiradi va yurak qisqarishlari kuchini oshiradi, arterial bosimni pasaytiradi.

- KARKADE
- DO'LANA (MEVALARI)
- ARSLONQUYRUQ (GIYOH)
- NA'MATAK (MEVALARI)
- RYABINA (MEVALARI)
- YALPIZ (BARGI)
- TIRNOQGUL (YAPROQLARI)

GREEN HEALTH • GREEN HEALTH • GREEN HEALTH

Rossiyada to'qilgan afsonada shunday zikr qilinadi, bir mehribon boyxotin yashab oʻtgan ekan, u hammaga yordam berarkan, kimnidir davolar ekan, kimgadir maslahat bilan koʻmaklashar ekan. Lekin u ham qaribdi, axir hech kim abadiy emas, hayotdan koʻz yumish esa istagi yoʻq ekan. U davolab kelgan odamlar ham oʻz qutqaruvchisini yoʻqotgisi kelmabdi va ular taʻzim qilib bir jodugar ayol oldiga borishibdi. Shunday qilib jodugar ayol ham mehribon kampirni do'lana nomini olgan butaga aylantirib qoʻyibdi. Mehribon boy xotinning ham ishlari davom etibdi, butaning mevalari esa oʻsha paytdan boshlab insonlarning koʻpgina kasalliklarini davolab kelmoqda.

№09

# ANTITOX

*Organizm himoyasi*

ANTIOKSIDANT CHOY ICHIMLIGI

### TABIIY FAOL TARKIB

Organizmni toksinlardan va oksidativ stressdan himoyalash uchun foydali: mikroblarga qarshi safro haydovchi, tetiklashtiruvchi, yalliglanishga qarshi, antiseptik xususyaitlarga ega.

- KO'K CHOY
- KURIL CHOYI (BARGI)
- TILLARANG ROZGA (GIYOH)
- BRUSNIKA (BARGI)
- TOSHCHOP (GIYOH)
- ROZMARIN (BARGI)

GREEN HEALTH • GREEN HEALTH •

Doimyashil brusnikaning paydo bo'lishi haqida afsona mavjuddir. Bir kuni qaldirg'och sehrli tirik suvni topishga muvaffaq bo'libdi. Va u ushbu suvni insonlarga boqiylikni hadya qilish uchun uni ularga olib kelishga qaror qilibdi. Qaldirg'och atigi bir necha tomchini og'ziga olib kelayotgan ekan. Faqat badjahl ari insonlarning boqiy yashashlarini istamabdi. U bechora qushchani qattiq chaqib olibdi, va u qimmatbaho tomchilarni yerga tokib yuboribdi. Ular qarag'ay, kedr va brusnika shoxlariga tushibdi, va ular doimo yashil bo'lib qolib, afsuski, balki baxtga, insonlarga yetib kelmagan holda boqiy hayotni ro'yobga chiqarib kelmoqda.

Brusnika boqiy hayotni, albatta, hadya qilmaydi, ammo uning noyob xususiyatlari sizning hayotingizni uzaytirishga yordam beradi. Brusnika antiseptik, siydik haydovchi ta'sir ko'rsatadi, yalliglanishni kamaytiradi va kuchli tabiiy oksidant hisoblanadi.

Donna Bella

# №10

# DONNA BELLA

*Ayollar negizi*

## AYOLLAR SALOMATLIGI UCHUN CHOY ICHIMLIGI

### TABIIY FAOL TARKIB

Organizmning nomaqbul taśirlarga qarshiligini kuchaytirish xususiyatiga ega. Ayollar salomatligi uchun foydali. Siydik haydovchi, yalliglanishga qarshi, spazmolitik, antiseptik xususiyatlarga ega.

- KOʻK XITOY CHOYI
- TOʻRT BOʻLAKLI RODIOLA (QIZIL CHOʻTKA) (ILDIZI)
- SABELNIK (ILDIZI)
- ARSLONQUYRUQ (GIYOH)
- QIZIL TASMA (GIYOH)
- ARPABODIYON (URUGʻLARI)

GREEN HEALTH · GREEN HEALTH · GREEN HEALTH

Keksa afsona ayollarning kasalligini davolashga qodir bolgan shomon haqida soʻzlaydi. Bir kuni uyqusida uning oldiga ajoyib goʻzallikka ega bolgan kapalak uchib kelibdi. Uning ketidan ergashib, shomon misli koʻrilmagan giyohni topibdi, uning yonida u kuch quyilib kelayotganini his etibdi. Ertalab, ohgida ushbu yolni takrorlab, xalq tabibi oʻsgan soqolni eslatuvchi ushbu giyohni topibdi. Ildizlarni yuvish natijasida jilgʻaning suvi qizil tusga kirgandan keyin, tabib ushbu giyohga: qizil chotka nomini beribdi. Oʻsha paytdan boshlab ushbu giyoh ayollarning organizmini soglomlashtirish uchun qollanib kelinmoqda..

# №11

Saflorsimon levzeya (morol ildizi) qollanilishi qadimgi xitoylik, tibetlik va mo'g'illik tibbiyot paytlaridan hozirgi kungacha uzilmagan. Levzeyadan kukun Chingizxonning mo'g'il qo'shinini nihoyatda tengsiz chidamliligini asosi bo'lib xizmat qilgan taxminlarni qilishga asoslar bor, undanda avvalroq esa, Kolumbgacha 1000 yil oldin, qadimgi xitoyliklarga 300ta kemalarda dengiz orqali dunyo bo'ylab safar qilishida yordam bergan. Hozirgi kunda levzeya Rossiya, Hitoy va AQSh olimpiada terma jamoalari ratsioni tarkibiga kiradi.

# GENTLEMAN

*Ishonchlilik va kuch*

## ERKAKLAR SALOMATLIGINI MUSTAHKAMLASH UCHUN CHOY ICHIMLIGI

### TABIIY FAOL TARKIB

Tetiklashtiruvchi va hissiyotni qo'zg'atuvchi xususiyatlari bilan mashhur. Kuchning pasayib ketishi va charchoqlikni yengib o'tishga yordam beradi. Erkaklar kuchini va salomatligini mustahkamlashga yordam beruvchi xususiyatlarga ega.

- QORA HIND CHOYI
- ZANJABIL (ILDIZI)
- QIZILQON (BARGI)
- MOROL ILDIZI
- CHAGA
- SABELNIK (ILDIZI)
- TILLARANG ROZGA (GIYOH)
- OY BOLDIRG'ON (ILDIZI)
- QIZIL ILDIZ
- QARAG'AY (KURTAKLARI)

Chuchukmiya 5000 yildan ortiq vaqt davomida tibetlik va misrlik tibbiyot tabiblari orasida mashhur bo'lgan. Shifobaxsh xususiyatlari jenshen bilan tenglashtiriluvchi shirin ildiz haqidagi afsonalar qadimgi greklarda ham uchramoqda. Galen va Gippokrat giyohni skiflar ildizi deb nomlashgan. Ma'lumki, hududida chuchukmiya o'sib kelgan skiflar uning shifobaxsh ildizlarini greklarga har xil tovarlar va hattoki tilla taqinchoqlarga ham almashtirib kelganlar. Chuchukmiya ildizi tilla bilan teng qadrlanganligi haqida afsona mavjuddir.

Prana

# №12

# PRANA

*Yengil nafas olish*

NAFAS OLISH TIZIMI
UCHUN CHOY ICHIMLIGI

## TABIIY FAOL TARKIB

Balg'am ko'chiruvchi, yalliglanishga qarshi, antitoksik va antiseptik xususiyatlarga ega.

- QORA HIND CHOYI
- QIZILMIYA (ILDIZI)
- XUSHBO'Y QALAMPIR (URUG'LARI)
- APELSIN (PO'STI)
- CHINNIGUL (G'UNCHALARI)

GREEN HEALTH