

Luontaistuntija®

Palveleva terveystuotekauppa

TOHTORI
MATTI TOLONEN:

”Ravintolisät ovat
tutkittuja ja turvallisia”



VAHVIN TONALIN

Alkuperäinen, tutkittu ja toimiva CLA-valmiste. Tehokas apu kehon kiinteystämiseen ja trimmaukseen.



120 kaps.

28,90

(ovh 40,90) 163,27 e/kg

SKINGAIN

Tutkittua tehoa, 1. ja 2. tyypin kollageeni-yhdistelmä ihon ja nivelten hyvinvointiin.



Suomen
Terveystuotekauppiain
liitto

30 annospussia

39,90

(ovh 45,05) 241,80 e/kg



OMEGA7®

Omega7® -kakoistyrniöllykapselit. Sinulla on yli 200m² limakalvoja. Huolehdi niistä!

NYT 30 KAPS. KAUPAN PÄÄLLE!



60+30 kaps.

27,90

442,85 e/kg



BIO-QINON® Q10 GOLD 100 mg

Toisiaan vahvistava tehopari! Bio-Qinon® Q10 antaa luonnollista energiaa elämälle ja orgaaninen seleeni SelenoPrecise® immuunijärjestelmälle.

**KAUPAN PÄÄLLE SELENO PRECISE®
60 TABL. (ARVO 11,15)**



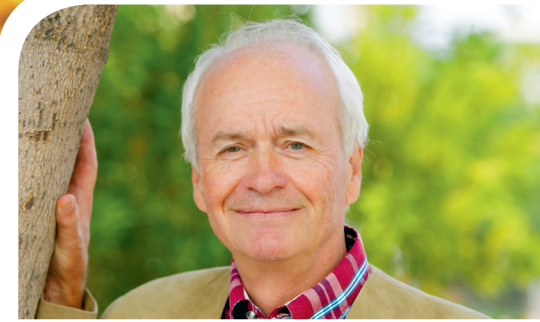
150+30 kaps.

79,90

(ovh 97,70) 624,20 e/kg



RAVINTOLISÄT OVAT HYVIN TUTKITTUJA JA TURVALLISIA



Tohtori Matti Tolonen on laillistettu lääkäri, lääketieteen ja kirurgian tohtori ja Helsingin yliopiston dosentti. Hänet tunnetaan yhtenä Suomen luontaislääketieteen uranuurtajista. Tolonen on toiminut käytännön lääkärinä, työterveysopin dosenttina ja professorina, sosiaali- ja terveysministeriön asiantuntijalääkäriä sekä ylilääkärinä Työterveyslaitoksessa. Hän toimi 1980-luvulla myös Maailman Terveysjärjestön (WHO) asiantuntijana Genevessä ja Kööpenhaminassa.

TOHTORI MATTI TOLONEN

Vaikka pyrin syömään terveellisesti, olen nauttinut joka päivä ruoan lisänä ravintolisä tauotta yli 30 vuotta. Ne täydentävät ruokavaliota, ja niiden tarkoitus on varmistaa, että saamme riittävästi elimistömme tarvitsemia suojaravinteita. Ne auttavat pitämään yllä yleiskuntoa ja puolustuskykyä, ehkäisemään monia sairauksia ja jarruttamaan niiden etenemistä. Ravintolisät ovat hyödyksi myös täysin terveille – unohtamatta lapsia ja raskaana olevia naisia – mutta aivan erityisen tärkeitä ne ovat kaikille eläkeikäisille ja niille 1,9 miljoonalle työkäiselle suomalaiselle, jotka potevat yhtä tai useampaa pitkäaikaista sairautta.

Tämän hetken tutkituin ravintolisä on D-vitamiini, jonka piilevä puute vaivaa suurinta osaa suomalaisista ja koko maailman väestöstä. D-vitamiinia tulisi nauttia päivittäin niin paljon, että seerumin D-vitamiinin pitoisuus nousee 125-150 nanomooliin litraa kohti (nmol/l). Aikuisilla se edellyttää useimmiten vähintään 100 mikrogramman päiväannosta. Pelkästään auringosta ja ravinnosta ei ole mahdollista saada riittävää määrää, vaan D-vitamiinia pitää ottaa ”purkista”.

Toinen kaikille tarpeellinen ravintolisä on kalaöljy, jonka sisältämiä omega-3-rasvahappoja ihminen ei kykene itse valmistamaan; niitä pitää saada ravinnosta tai ravintolisistä. Valitettavasti omega-3:n saanti ravinnosta jää usein liian vähäiseksi. Esimerkiksi vain runsas neljännes raskaana olevista naisista saa EU:n suositteleman päiväannoksen omega-3:a. Kalaöljyllä on valtavasti hyviä vaikutuksia terveyteen, kuten nettisivultani voi lukea (<http://20.fi/13563>). Kalaöljy ja D-vitamiini yhteis- ja vuorovaikuttavat tuottaen aivoissa hermövälittäjäainetta, serotoniinia.

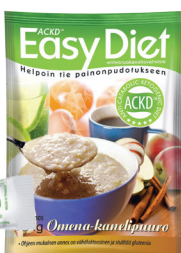
Kolmas suuren tutkimusmielenkiinnon kohteena oleva ravintolisä on ubikinoni; se on vitamiininkaltainen yhdiste, laajavaikutteinen ja tehokas energian antaja. Se on hyödyksi muun muassa liikunnan harrastajille, urheilijoille ja kaikille ikääntyville ihmisille. Maitohappobakteerit eli probiootit ovat neljäs hyvin tutkittu, turvallinen ja suosittu ravintolisien ryhmä.

Suomalaisissa Luontaistuntija-myymöissä myytävät ravintolisät ovat hyvin tutkittuja ja valvottuja sekä täysin turvallisia jatkuvassakin käytössä.

EASY DIET

Easy Diet tekee painonpudotuksesta helpompaa! Korvaa yksittäisiä aterioita tai kokeile tehokasta Easy Diet 5:2 pätkäpaastoa.

MAKUJA JA LAATUJA VOI SEKOITAA.



13,00/6 KPL 25,00/12 KPL

2,95 e / kpl (puurot, suolaiset keitot, pirtelöt ja patukat). Tarjous on voimassa vain Luontaistuntija-myymöissä, ei verkkokaupassa.

FOSFOSER® MEMORY

Lisää vireyttä aivoille. Täydentää elimistön omaa fosfatidylseriinitasoa. Ikääntyville, opiskelijoille ja keskittymistä vaativaa työtä tekeville.

NYT 30 KAPS. KAUPAN PÄÄLLE!
Vain Luontaistuntijalta



90 + 30 kaps.

45,00

387,95 e/kg

PROBIOOTTIPLUS

Tutkitut maitohappobakteerit jokaiseen päivääsi! Sopii käytettäväksi päivittäin tai kuureina koko kehon hyvinvointiin.

NYT 20 KAPS. KAUPAN PÄÄLLE!
(ARVO 6,35)



125 kaps.

20,90

(ovh 30,75)

AURINKO D 50 µg JA 100 µg

Vahva, hyvin imeytyvä Aurinko D pitää luuston lujana ja vastustuskyvyn valppaana.



50 µg 300 kaps tai
100 µg 200 kaps

21,90

(ovh 30,70) 50 µg 185,59 e/kg ja
100 µg 277,21 e/kg





Hinnat voimassa 29.5.2015 asti. Voimassa niin kauan kuin tuotteita riittää. Valikoima saattaa vaihdella myymälöittäin.

L-ARGINIINI

Solgar® L-Arginiini on luonnollisessa vapaassa aminohappomuodossa, jolloin elimistö pystyy käyttämään sen tehokkaasti elimistön ja verisuoniston hyväksi.



50 kaps.
11,50
(ovh 13,70)

ALFALIPOIINI VAHVA

Sopii erityisesti ikääntyville ja urheilijoille, mutta myös kaikille muillekin nykyajan hektisen elämänrytmin rasittamille.



120 tabl.
27,90
(ovh 42,00) 558 e/kg

PUNARIISI +Q10

Punariisi edistää veren kolesterolitasojen pysymistä normaalina osana terveellistä ruokavaliota ja elintapoja. Mukana ubikionia.

2x120 KAPS.
YHTEENSÄ
35,00



120 kaps.
19,90
(ovh 27,10) 226,15 e/kg

DUO E-EPA+E-DHA 650 mg

Vahva omega-3-rasvahappovalmiste. Varmista riittävä EPAn ja DHAn saanti. Puhdas ja ympäristösertifioitu valmiste.

NYT 15 KAPS. KAUPAN PÄÄLLE!
(ARVO 8,50)



120 kaps.
33,90
(ovh 49,90) 199,40 e/kg

PH-BALANCE PASCOE

Emäksisiä mineraaleja, mukana myös sinkkiä. Kuona-aineiden puhdistaminen kehosta piristää, virkistää ja keventää oloa.



260 g
20,90
(ovh 25,70) 80,38 e/kg

KYOLIC

Jälkihajuton valkosipulitabletti. Tutkitusti tehokas apu vastustuskyvyllä, avuksi myös luonnossa liikkujille.



30 tabl. **9,90**
(ovh 12,00)

90 tabl. **25,90**
(ovh 32,10) 411,10 e/kg

NIVELTEHO

NivelTeho on kuuden tutkitun aktiivian yhdistelmä: MSM, inkivääriuute, glukosamiini, hainrustouute, C-vitamiini ja kupari.



120 kaps.
32,90
(ovh 40,70) 411,25 e/kg

SPORT- CARNOSIN JA CARNOSIN FORTE

Karnosiini estää maitohapon kertymistä lihaksiin. Se ehkäisee lihasten kipeytymistä, sekä nopeuttaa palautumista rasituksesta.



60 tabl. (Carnosin Forte) **34,90**
(ovh 41,70)

60 tabl. (Sport Carnosin) **44,90**
(ovh 53,50) 748,33 e/kg

PYCNOGENOL® STRONG

Rannikkomännyn kuoriuute
- Ylläpitää hyvää verenkiertoa
- Vahvistaa ihoa ja limakalvojen kollageenia
- Suojaa ihoa palamiselta
- Vastustuskyvyn tueksi



60 tabl.
22,90
(ovh 30,95)

PANOX

Luonnollinen kotimainen valmiste, joka on kehitetty elvyttämään mieskuntoa ja virkistämään sukupuolielämää.



60 tabl.
19,90
(ovh 27,60) 297 e/kg

SERRAPEPTAASI (200.000 U)

Markkinoiden vahvin. Serrapeptaasi on proteolyttinen entsyymi, jolla on erittäin laaja-alainen vaikutus.



60 kaps.
45,00
(ovh 53,50)

KARPALACT STRONG

Karpalo ja maitohappobakteerit samassa kapselissa. Naiselliseen hyvinvointiin!



60 kaps.
19,90
(ovh 26,15)

PUHDAS + VIHREÄ KAHVI-PAPU-UUTE 200 mg

Tehostaa ylimääräisen rasvan palamista ja toimii tehokkaana nesteenoistajana. Antaa lisää energiaa.



60 kaps. **17,90**
(ovh 22,80)

150 kaps. **32,90**
(ovh 41,65)

SITRAATTIMAGNESIUM

Magnesium edistää lihasten ja hermoston normaalia toimintaa sekä auttaa vähentämään väsymystä ja uupumusta.



120 tabl. **9,90**
(ovh 14,90) 79,20 e/kg

30 annospussia **18,90**
(ovh 24,90) 126 e/kg

METHODDRAINE DETOX

Laittaa kuona-aineet liikkeelle, turvotuksen kuriin ja aktivoi aineenvaihduntaa. Säilöntäineeton ja luomulaatuinen.



250 ml
26,90
(ovh 33,60) 107,60 e/l

BIOTIINI STRONG HAIR & NAIL JA ANTI GREY VIVID

Hiustesi hyvinvoinnille! Biotiini Strong Hair & Nail hiusten ja kynsien kasvuun sekä Anti Grey Vivid hiusten elinvoimaiselle sävyllä.



60 tabl. (Biotiini Strong tai Anti Grey Vivid)
13,50
(ovh 16,65 (Biotiini Strong) tai 15,90 (Anti Grey Vivid))



ALAJÄRVI ESPOO

Luontaistuntija Alajärvi Alajärven Luontaistuote, Yrittäjätie 5 (S-marketin yhteydessä), puh. 06 557 6270
Luontaistuntija Espoonlahti Espoon Yrtti-Kippari, Merenkulkijanpolku 3, puh. 010 271 3337
Luontaistuntija Mankkaa Sinikalliontie 1 (K-Supermarket Mankkaa), puh. 040 482 3338
Luontaistuntija Haapajärvi Luontaishoitola ja myymälä AnRi, Kustaa Vaasankatu 8, puh. 0400 583 347
Luontaistuntija Haapavesi Kukka ja Luontaistuote, Urheilutie 49, puh. 08 452 923
Luontaistuntija Hamina Haminan Luontaistuote, Kaivokatu 10, puh. 05 344 0745
Luontaistuntija Haukipudas Luontaistuote ja Kosmetiikka Mini-Mix, Revontie 2, puh. 08 547 1669
Luontaistuntija Bionatura, Munkkiniemi Munkkiniemen Puistotie 9, puh. 09 481 274
Luontaistuntija Forum Mannerheimintie 20 (Kauppakeskus Forum) puh. 044 980 5830
Luontaistuntija Hietalahden Kauppahalli Lönnrotinkatu 34, puh. 040 839 8266
Luontaistuntija Malmi Ylä-Malmintori 3, puh. 09 385 8204
Luontaistuntija Mannerheimintie Plantara, Mannerheimintie 5 B, puh. 09 654 954

HÄMEENLINNA

II

ILOMANTSI

IMATRA

JALASJÄRVI

JOENSUU

JYVÄSKYLÄ

JÄMSÄ

KALAJOKI

KANGASALA

KANKAANPÄÄ

KARHULA

KEMI

KEMIJÄRVI

KEURUU

KITEE

KOKKOLA

KOUVOLA

KUOPIO

KURIKKA

KYRÖSKOSKI

KYYJÄRVI

KÄRSÄMÄKI

LAHTI

LAPPEENRANTA

LAPUA

LOHJA

LOVIISA

MASKU

MUURAME

NILSIÄ

NUMMELA

NURMES

NURMIJÄRVI

ORIMATTILA

ORIVESI

OULU

PARKANO

PIEKSÄMÄKI

PORI

PORVOO

PUDASJÄRVI

PYHÄJOKI

PYHÄNTÄ

RAAHE

RAUMA

RIIHIMÄKI

ROVANIEMI

SAARIJÄRVI

SALO

SASTAMALA

SAVONLINNA

SEINÄJOKI

SIIJINJÄRVI

SOMERO

TAMPERE

TEUVA

TORNIO

UUSIKAUPUNKI

VALKEAKOSKI

VANTAA

VARKAUS

YLÄMYLLY

ÄÄNEKOSKI

Luontaistuntija Hämeenlinna Cityvital, Hämeensaarentie 7 (CM-kauppakeskus) Cityvital, Katsastusmiehentie 6 (CM-kauppakeskus), puh. 03 616 1633
Luontaistuntija Iin Luontaistuote Haminantie 8, puh. 08 817 3360, 040 735 1396
Luontaistuntija Ilomantsi Pogostan Asuste ja Luontaistuote, Mantsintie 8, puh. 040 773 0399
Luontaistuntija Imatra Terveys-Apila Ensontie 29, puh. 05 541 1154
Luontaistuntija Jalasjärvi Jalasjärven Luontaistuote, Puskatie 2, puh. 06 456 0325
Luontaistuntija Joensuu Linjatie 2 (Pilkon Citymarket), puh. 044 972 2746
Luontaistuntija Jyväskylä Terveyskauppa & Hoitola, Kauppakatu 33-35 (Tawastin Kauppakeskus), puh. 050 463 3311
Luontaistuntija Jämsä Keskuskatu 10-12, puh. 014 718 954
Luontaistuntija Kalajoki Luontais-Ekopuoti Pisara, Kalajoentie 34, puh. 044 5100 024
Luontaistuntija Kangasala Kangasalan Luontaistuote, Keskusaukio 2, puh. 03 377 0476
Luontaistuntija Kankaanpää LuontaisCenter, Torikatu 10, puh. 02 572 3833
Luontaistuntija Karhula Yrtti-City, Vesitorninkatu 2, puh. 05 262 526
Luontaistuntija Kemi & Hyvinvointiklinikka Keskuspuistokatu 3, puh. 040 842 4595
Luontaistuntija Kemijärvi Koillisoptiikka/Luontaistuote Liikekulma, puh. 016 813 349
Luontaistuntija Keuruu Keuruun Luontaistuote, Keuruuntie 14, puh. 040 820 0133
Luontaistuntija Kitee Kiteentie 3, puh. 013 221 333
Luontaistuntija Kokkola Isokatu 14, puh. 06 822 0648
Luontaistuntija Kokkola, Prisma, Prismantie 1, puh. 044 987 9496
Luontaistuntija Kouvola Kouvolan Luontaistuote, Kauppalankatu 2, puh. 05 375 3773
Luontaistuntija Kuopio Luontaistuote Alexis, Päivärannantie 18, puh. 045 133 4484
Luontaistuntija Kurikka Seijan Luontaistuote ja Hieronta, Asematie 7, puh. 06 450 2101
Luontaistuntija Kyröskoski Kyröskosken Luontaistuote, Koskitie 13, puh. 0400 344 740
Luontaistuntija Kyyjärvi Life Up, Vaasantie 2, puh. 045 359 6658
Luontaistuntija Kärsämäki Kukka ja Luontaistuote, Aleksintie 2, puh. 08 771 466
Luontaistuntija Holman Prisma Terveyskauppa Care, Johanneksenkatu 4, puh. 03 733 1224
Luontaistuntija Launeen Prisma Terveyskauppa Care, Ajokatu 83, puh. 03 733 1222
Luontaistuntija Rautatienkatu Lahden Terveyskauppa, Rautatienkatu 26, puh. 010 387 8900
Luontaistuntija Lappeenranta Puhakankatu 9-11 (Prisma), puh. 050 544 4467
Luontaistuntija Lapua Lakeuden Terveyslähde, Tuomaalankatu 1 (vanha Posti), puh. 044 039 3353
Luontaistuntija Lohja Laurinkatu 40, puh. 019 322 682
Luontaistuntija Loviisa Terveyskauppa Herbatik, Aleksanterinkatu 2, puh. 019 535 979
Luontaistuntija Masku Maskun Luontaispuoti, Kauppakeskus Masku, Maskuntie 224, puh. 02 438 9940
Luontaistuntija Muurame Virastotie 2, puh. 014 373 2950
Luontaistuntija Nilsjä Tahkon Hyvinvointilähde, Nilsjäntie 63, puh. 044 056 2311
Luontaistuntija Nummela Yrttipirtti, Joulolantie 1, puh. 044 022 4009
Luontaistuntija Nurmes Silentia ja Luontoapteekki Kauppatori 1, puh. 040 823 8118 ja 045 143 6385
Luontaistuntija Nurmijärvi Pratikankuja 4, puh. 09 878 8152
Luontaistuntija Orimattilan S-market Terveyskauppa Care, Erkontie 16, puh. 03 733 1223
Luontaistuntija Orivesi Luontaistuote Kamomilla, Koluntie A 3, puh. 03 3352 588
Luontaistuntija Oulu Oulun Rohto-Puoti, Merikoskenkatu 6 E, puh. 08 530 6807
Luontaistuntija Parkano Parkanon tie 45 (R-kioskin vieressä), puh. 040 774 2205
Luontaistuntija Pieksämäki Putiikki Sepponen, Savontie 2, puh. 015 341 412
Luontaistuntija Pori Ryytiäitän Isolinnaankatu 11 (kauppahallin vieressä), puh. 02 641 3355
Luontaistuntija Porvoo Piispankatu 34, puh. 040 357 6008
Luontaistuntija Pudasjärvi Pudasjärven Luontaistuote, Puistotie 2, puh. 040 524 2545, 08 822 001
Luontaistuntija Pyhäjoki Katruusa Vanhatie 33, puh. 044 339 9963
Luontaistuntija Pyhäntä Hoitola Aino-Kyllikki, Keskuskatu 12, puh. 050 353 0028
Luontaistuntija Raabe Laivurinkatu 19, puh. 08 265 656
Luontaistuntija Rauma Ryytiäitän, Karjalankatu 5 (City Market), puh. 02 822 1254
Luontaistuntija Riihimäki Bioyrtti, Hämeenkatu 9-15, puh. 019 730 320
Luontaistuntija Rovaniemi Luontaistuote Maria, Koskikatu 25, Kauppakeskus Rinteenkulma, puh. 016 316 665
Luontaistuntija Saarijärvi Kauppakatu 6, puh. 050 462 5186
Luontaistuntija Salo Vita Plaza Kauppakeskus Plaza, Vilhonkatu 8, puh. 02 731 5242
Luontaistuntija Sastamala Terveyskauppa Tyrvään Yrtti-Aitta, Puistokatu 10, puh. 03 514 1166
Luontaistuntija Savonlinna Luontaislinja Linja-autoasema, Tulliportinkatu 1-5, puh. 015 273 284
Luontaistuntija Seinäjoki Lakeuden Terveyslähde, Puskantie 13 (Anttilan kauppakäytävä), puh. 044 051 0097
Luontaistuntija Siilinjärvi Alexis Toritie 12, puh. 045 123 6570
Luontaistuntija Somero Someron Luontaistuote, Joensuuntie 31, puh. 02 748 7230, 040 538 6105
Luontaistuntija Hervanta Hervannan Terveyskauppa, Kauppakeskus Duo, Insinöörinkatu 23, p. 03 363 5113
Luontaistuntija Tullintori Terveyskauppa Voimala, Kauppakeskus Tullintori, Tullikatu 6, puh. 03 265 6998
Luontaistuntija Teuva Porvarintie 18, puh. 06 267 1456
Luontaistuntija Tornio Kauppakeskus Rajalla, Länsiranta 10, puh. 044 213 0044
Luontaistuntija Uusikaupunki Sepänkatu 4, puh. 044 988 9864
Luontaistuntija Valkeakoski Valtakatu 9-11 (Kauppakeskus Koskikara), puh. 045 808 4720
Luontaistuntija Korso Terveyskauppa Marjaterttu, Maakotkantie 10, puh. 09 851 2140
Luontaistuntija Myymäki, Kauppakeskus Isomyyri, Liesitori 1, puh. 09 504 3432
Luontaistuntija Tikkurila Terveyskauppa ja -hoitola Bio-Shop Ikinuori, Kielotie 14, puh. 09 873 6431
Luontaistuntija Varkaus Vita-Vilma, Kauppakatu 22, puh. 044 5588 374, Vitariina, Käsityökatu 21-27, puh. 044 5588 364
Luontaistuntija Ylämylly Terveyskauppa Pakuri, Rännitie 3, puh. 050 403 9527
Luontaistuntija Äänekoski Terveyskauppa + Herkku, Työskintie 3 (K-citymarket), puh. 040 779 8611



Luontaistuntijat
on vuonna 1983 perustettu kotimainen terveyskauppakettu. Ketjuun kuuluu lähes 90 myymälää ympäri Suomea. Tavoitteena on ohjata kuluttajia terveisiin elämäntapoihin ja tarjota hyvinvointia tukevia tuotteita.



Myymälät ja verkkokauppa

www.luontaistuntijat.fi

VIRIDIAN ESTER-C™ 550 mg TAI 950 mg

Tuotteen pH on neutraali, joten se on hellä vatsalle. C-vitamiini on tärkeää mm. immuunijärjestelmälle.

30 kaps. (550 mg)

9,10

30 kaps. (950 mg)

14,30

90 kaps. (550 mg)

24,00

380,95 e/kg

90 kaps. (950 mg)

36,85

383,85 e/kg

Vain Luontaistuntijalta!



SININEN UNI MELATONIINI 1 mg

Lievittää aikaeron tuntemuksia ja auttaa nukahtamaan nopeammin, kun unen tulo on viivästynyt.



60 tabl.

9,90

(ovh 14,20)

150 tabl.

17,90

(ovh 22,35) 298,33 e/kg