

The logo features the text "4Life" in a bold, blue, serif font. The number "4" is stylized with a sunburst icon inside its top loop. Below "4Life" is the tagline "TOGETHER, BUILDING PEOPLE" in a smaller, blue, sans-serif font. The entire logo is set against a background of colorful, wavy lines and faint molecular diagrams. A solid dark blue horizontal bar is located at the bottom of the image.

**4Life**<sup>®</sup>

**TOGETHER, BUILDING PEOPLE**<sup>®</sup>



**DR. PAULA BROCK**  
Director of Scientific  
and Regulatory  
Affairs





ДОКТОР ПОЛА БРОК

Директор по научному и  
нормативно-правовому  
регулированию

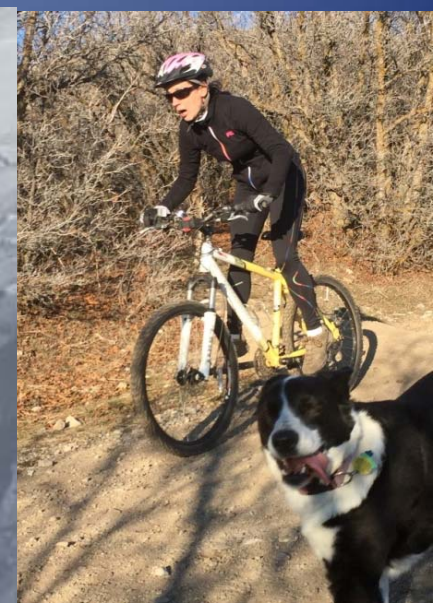




# A LITTLE ABOUT MYSELF

## DR. PAULA BROCK

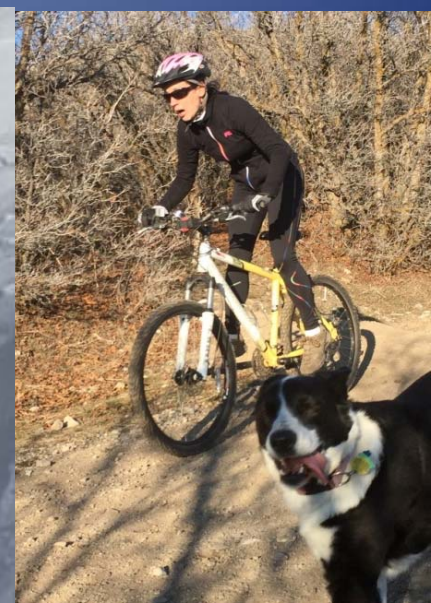
- Pharmacy School in Brazil
- PhD in Pharmacology and Toxicology
- >20 research publications
- >20 lectures and presentations



# НЕМНОГО О СЕБЕ

## Д-Р ПОЛА БРОК

- Институт фармакологии в Бразилии
- Доктор наук в области фармакологии и токсикологии
- >20 научно-исследовательских публикаций
- >20 лекций и презентаций





# RESEARCH AND DEVELOPMENT TEAM

**Develop innovative  
products**

**Pre and post-market  
research for efficacy**

**Pre and post-market  
research for safety**



# ОТДЕЛ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ И РАЗРАБОТОК

Разработка  
инновационных  
продуктов

Исследование  
эффективности  
продуктов до и  
после выхода на  
рынок

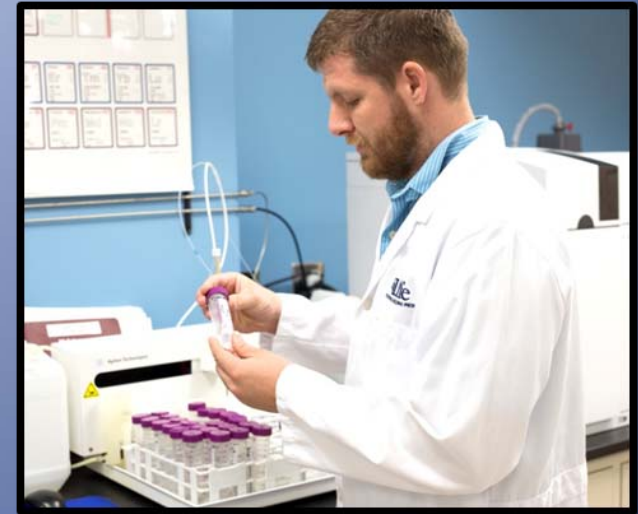
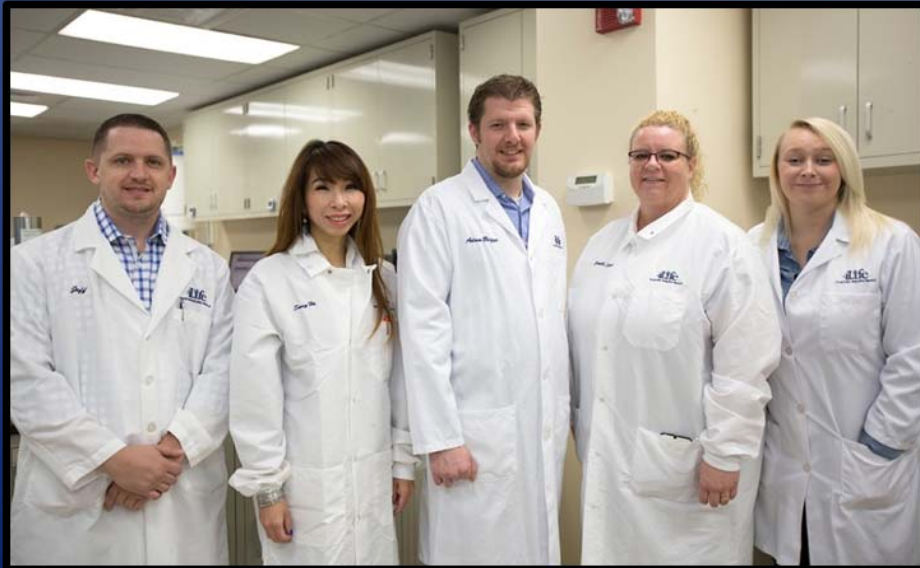
Исследование  
безопасности  
продуктов до и  
после выхода на  
рынок





# 4LIFE QUALITY TEAM

- Millions invested in state-of-the-art labs
- Highly educated and trained staff of PhD, MS, BS scientists



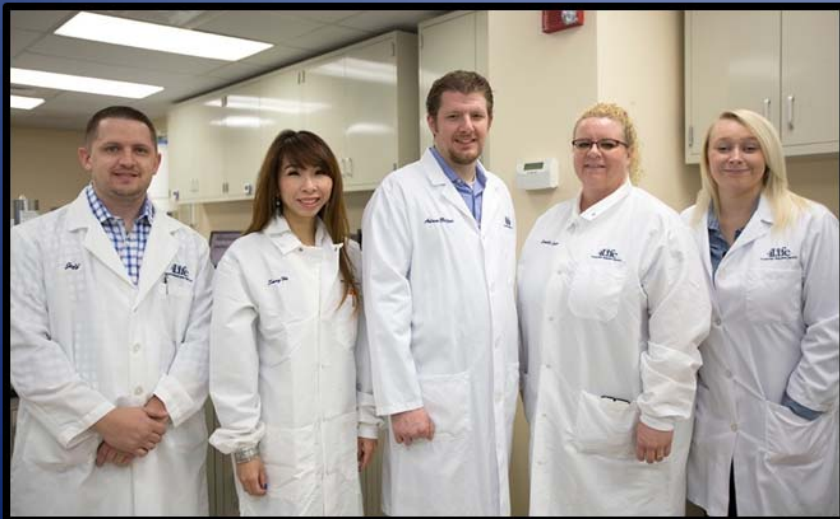
- Same testing equipment as that found in pharmaceutical lab
- Most products undergo hundreds of tests prior to being released





# ОТДЕЛ КОНТРОЛЯ КАЧЕСТВА

- Миллионные инвестиции в ультрасовременные лаборатории
- Высококвалифицированные учёные: доктора, кандидаты наук, магистры и бакалавры



- Тестирующее оборудование на уровне высококлассных фармацевтических лабораторий
- Продукты проходят сотни анализов до выпуска на рынок

# NEW MANUFACTURING BUILDING

**New state-of-the-art manufacturing facility in Utah**



- **Batching, blending, encapsulating and packaging**
- **Complete control of products from start to finish**

# НОВЫЙ ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ ЦЕХ

Новый ультрасовременный производственный цех в Юте



- Дозирование, смешение, капсуляция и упаковка
- Полный контроль качества продуктов на всех этапах

# 4LIFETRANSFORM™

**4LifeTransform™  
products fulfill the  
promise of vibrant,  
youthful living**





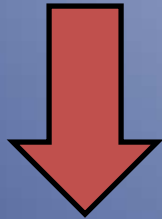
# 4LIFETRANSFORM™

Продукты линии  
4LifeTransform™  
помогают вам  
быть бодрыми и  
энергичными





# WHAT IS A HEALTHY BODY AND WHY?



**Body Fat**



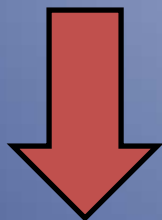
**Body Muscle**

Muscle supports:

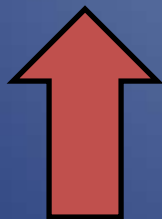
- Posture
- Movement
- Reduces pain



# ЧТО МЫ НАЗЫВАЕМ ЗДОРОВЫМ ТЕЛОМ И ПОЧЕМУ



**Телесный  
жир**



**Мышцы тела**

Мышцы  
поддерживают:

- осанку
- движение
- уменьшают  
боль



# WE LOSE 8% MUSCLE PER DECADE AFTER THE AGE OF 40

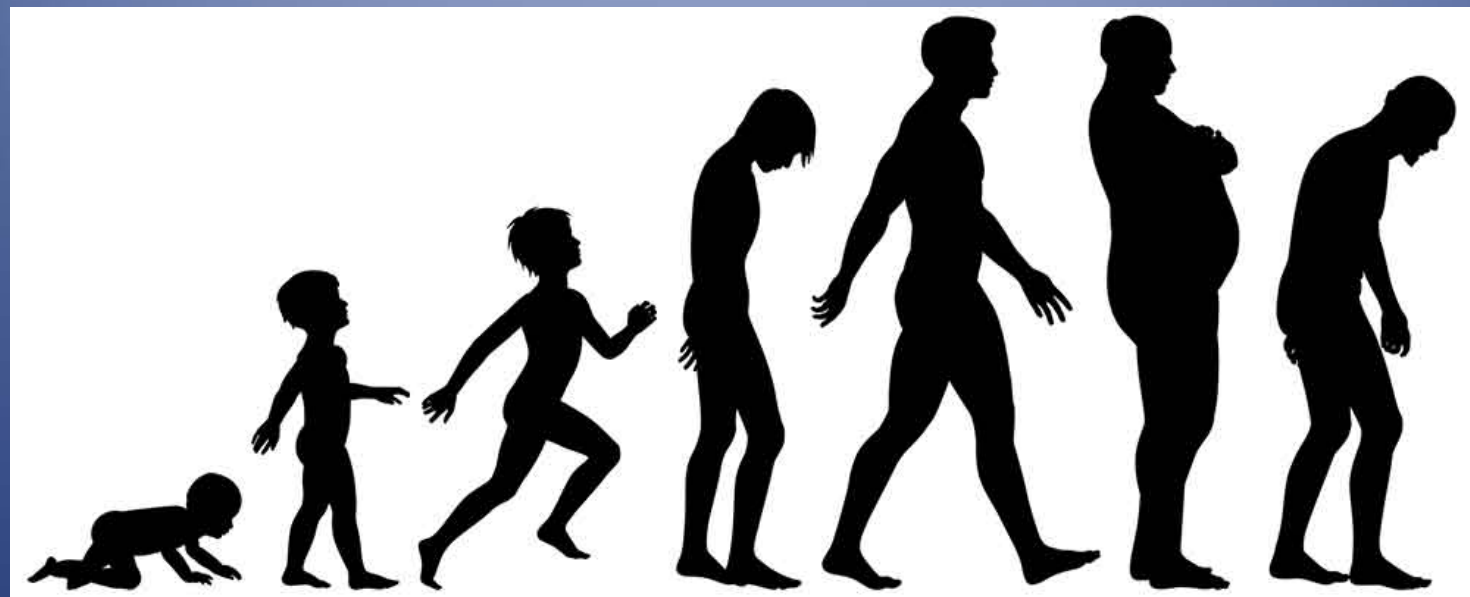
Aging



Fat



Muscle



Proteins help us grow



Proteins in diet  
Exercise





# В ВОЗРАСТЕ ЗА 40 МЫ ТЕРЯЕМ 8% МЫШЕЧНОЙ МАССЫ КАЖДЫЕ 10 ЛЕТ

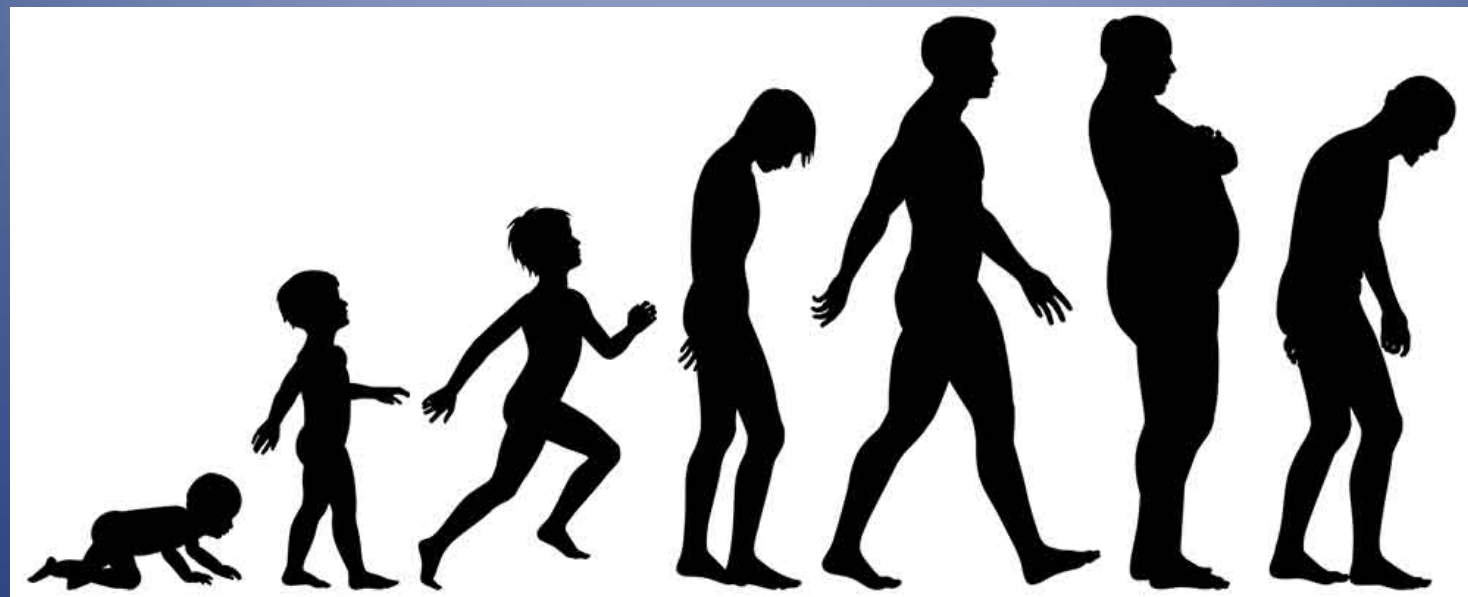
Старение



жир



мышцы



Белок помогает расти

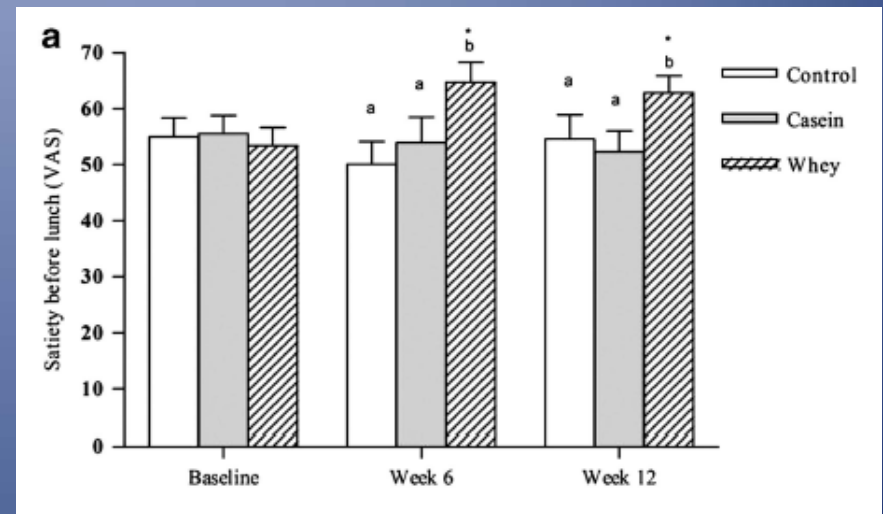


Белки в диете  
Упражнения

# PROTEINS HELP YOU LOSE FAT AND PROTECT MUSCLE

- Low in calories
- High in nutrients = reduces hunger
- Used by muscle = increase/protect
- Eat more proteins and less sugars and fats!

Whey is better protein at reducing hunger



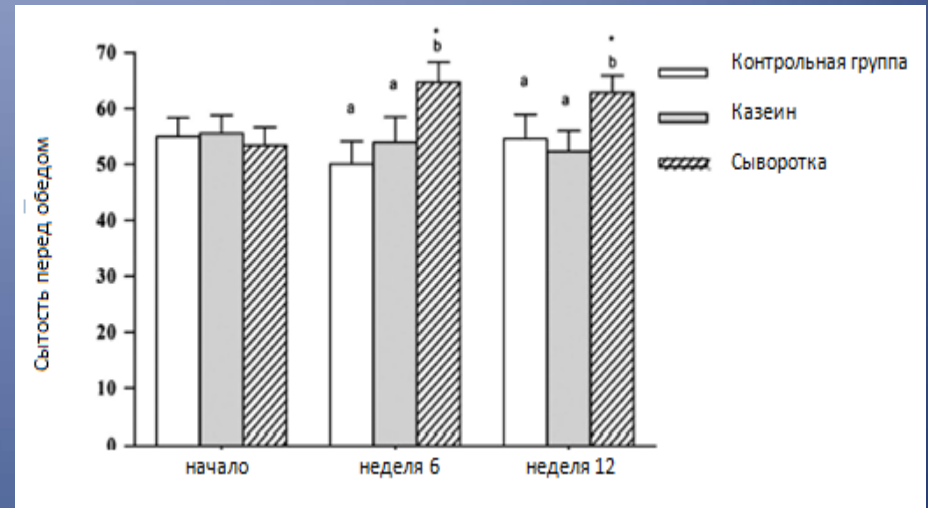
Pal *et al.* Eur J Clin Nutr. 2014

Anderson *et al.* Human Nutr Metab. 2004

# БЕЛОК ПОМОГАЕТ ТЕРЯТЬ ЖИР И ЗАЩИЩАЕТ МЫШЦЫ

- Низкокалорийный
- Высокое содержание питательных веществ= снижает чувство голода
- Работает в мышцах= увеличивает/защищает мышцы
- Ешьте больше белков и меньше сахара и жиров!

Сывороточный белок – лучший для уменьшения чувства голода



Pal *et al.* Eur J Clin Nutr. 2014

Anderson *et al.* Human Nutr Metab. 2004



# MANY DIFFERENT TYPES OF PROTEIN

- Some sources are high in fat
- Milk contains whey protein - best for increasing muscle, and reducing hunger and fat

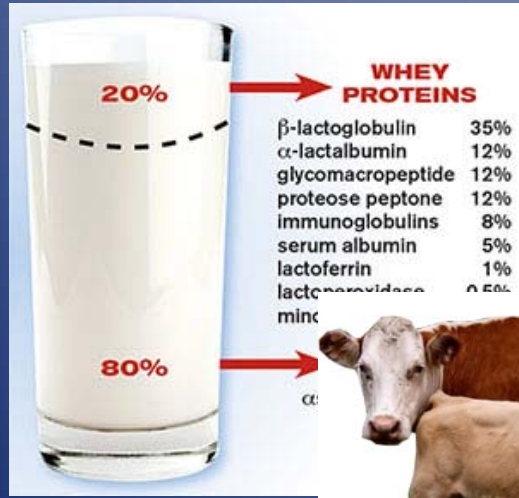
Soy



Eggs



Meat - High in fat !



Milk

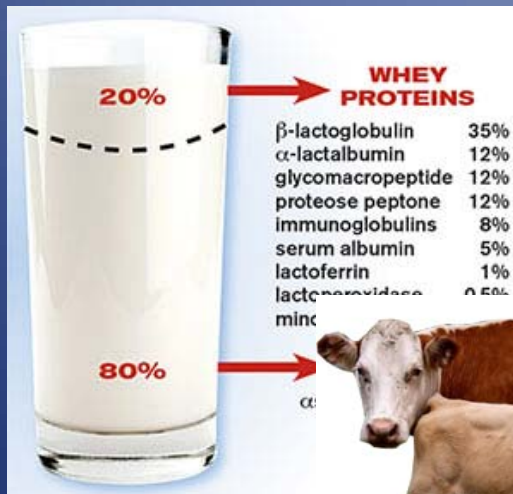






# РАЗНООБРАЗИЕ ИСТОЧНИКОВ БЕЛКА

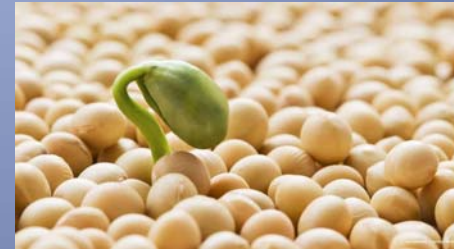
- Некоторые источники имеют высокое содержание жира
- Молоко содержит сывороточный белок – лучший для увеличения мышц, уменьшения чувства голода и жировой прослойки



Молоко



Соя



Яйца



Мясо - жир!



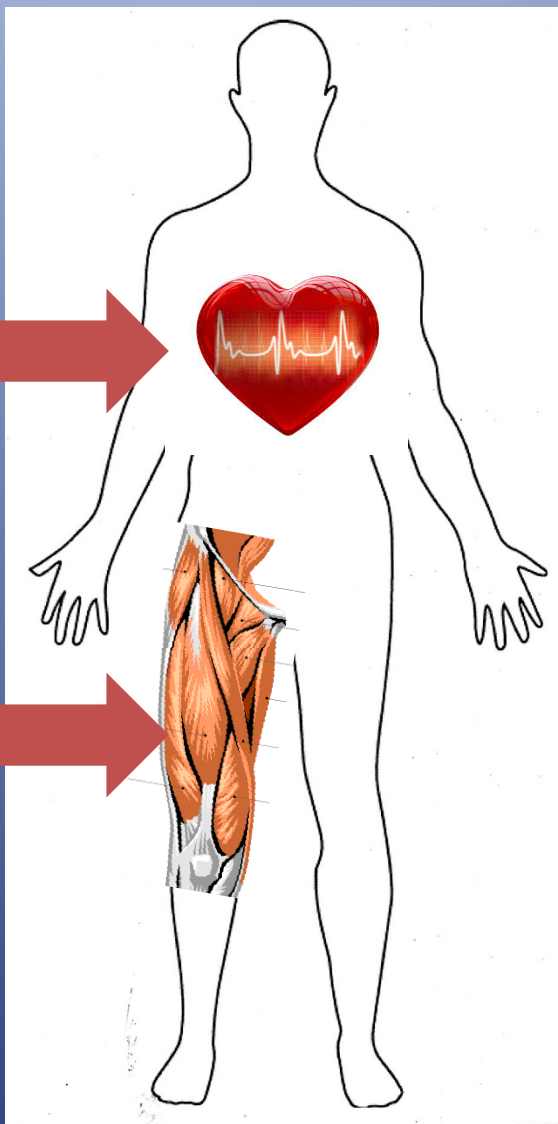
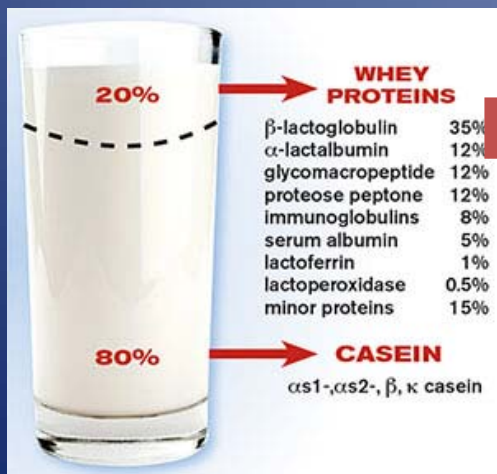
# PROTEINS ARE NOT EQUAL

## WHEY IS THE BEST TO SUPPORT MUSCLE

Soy



Whey



4Life Transfer Factors®

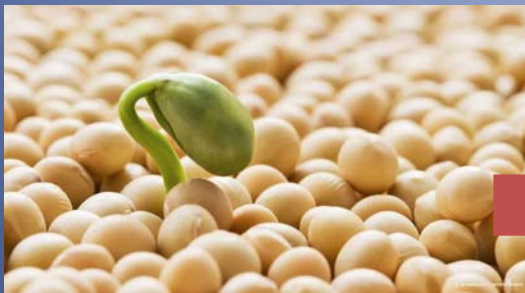




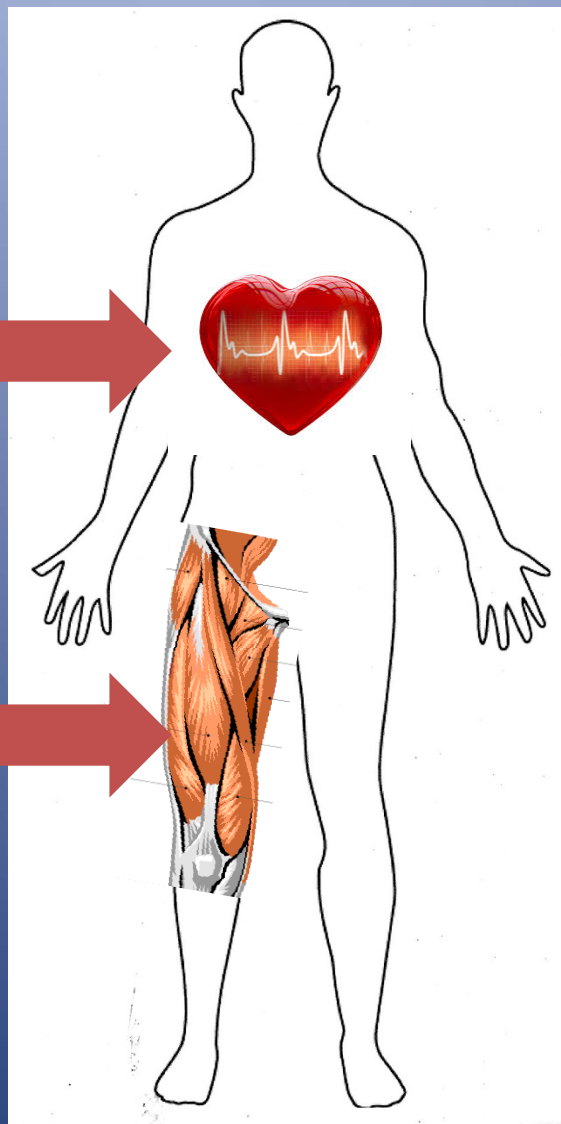
# НЕ ВСЕ БЕЛКИ РАВНОЦЕННЫ

## СЫВОРОТОЧНЫЙ – ЛУЧШИЙ ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ МЫШЦ

Соя



Сыворотка



4Life  
Трансфер  
Факторы™





# WHO NEEDS PROTEIN?

Everyone who wants to

- Lose fat
- Gain muscle
- Protect muscle from aging
- Improve physical health







# КТО НУЖДАЕТСЯ В БЕЛКЕ?

Каждый, кто желает

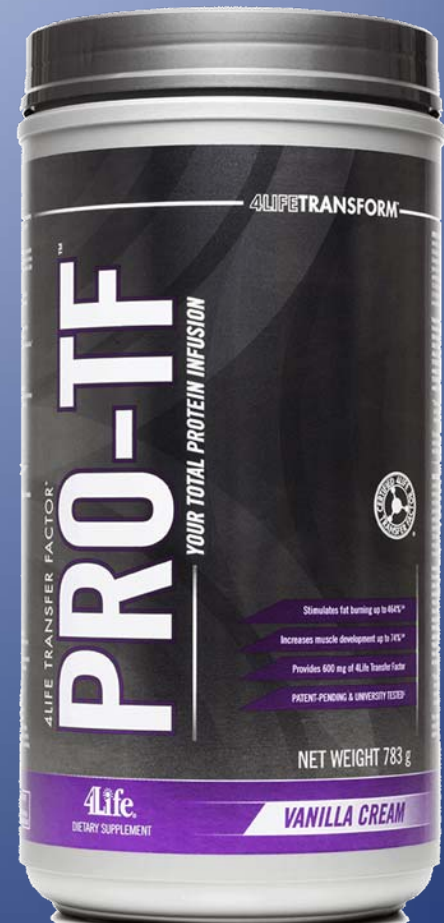
- Сжечь жир
- Нарастить мышечную массу
- Защитить мышцы от старения
- Улучшить физическое здоровье





# KEY FEATURES OF PRO-TF

- **Unique combination of high quality protein**
  - Udenatured Whey Protein
  - Hydrolyzed Whey Protein
  - 4Life Transfer Factor® per serving
  - Naturally-occurring amino acids
- **University tested**
- **Easily digestible and ultra-absorbable**
- **No lactose or gluten**





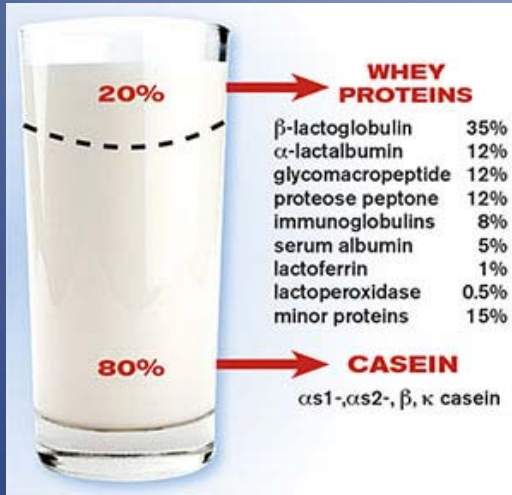
# КЛЮЧЕВЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПРО-ТФ

- **Уникальная комбинация высококачественных протеинов**
  - Неденатурированный сывороточный протеин
  - Гидролизированный сывороточный белок
  - 4Life Трансфер Фактор™ в каждой порции
  - Природные аминокислоты
- **Тестирован в университете**
- **Легко усваивается и быстро абсорбируется**
- **Без лактозы и глютена**

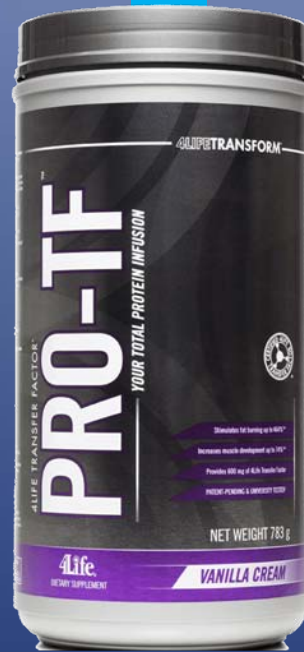


# PRO-TF CONTAINS

Whey Proteins  
Hydrolyzed and  
Udenaturated



4Life Transfer Factors®



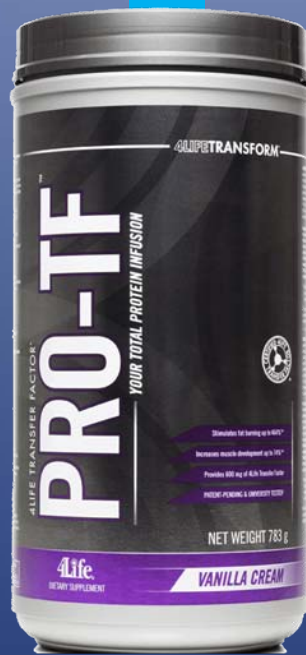
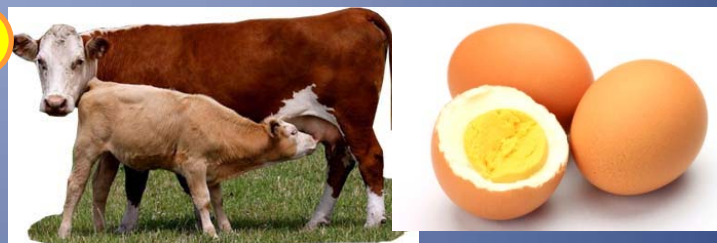
All proteins in PRO-TF  
are naturally-occurring  
from milk and colostrum

# ПРО-ТФ СОДЕРЖИТ

Сывороточный протеин,  
гидролизированный  
неденатурированный



4Life Трансфер Фактор™



Все белки ПРО-ТФ из  
природных источников—  
молока и молозива



# WHAT IS HYDROLYZED PROTEIN?

Undenatured  
Whey

Hydrolyzed  
Whey



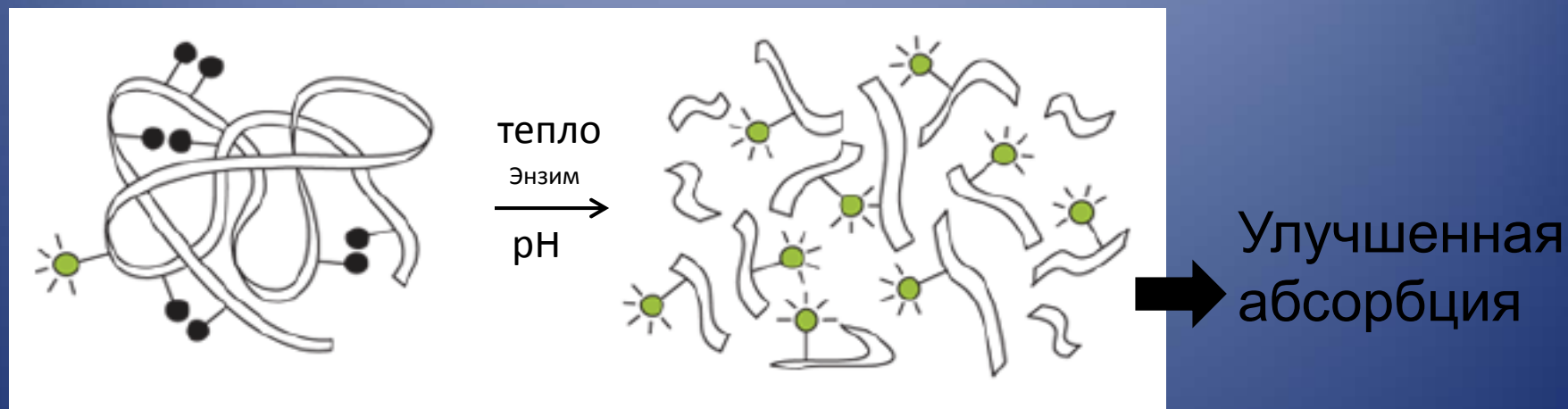
PRO-TF CONTAINS BOTH TYPES OF WHEY FOR BETTER EFFICACY



# ЧТО ТАКОЕ ГИДРОЛИЗОВАННЫЙ БЕЛОК?

Неденатурированная сыворотка

Гидролизованная сыворотка



ПРО-ТФ СОДЕРЖИТ ОБА ВИДА СЫВОРОТКИ ДЛЯ ЛУЧШЕЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ



Report Number: 1417543-0

Report Date: 03-Feb-2016

Report Status: Final

## Certificate of Analysis

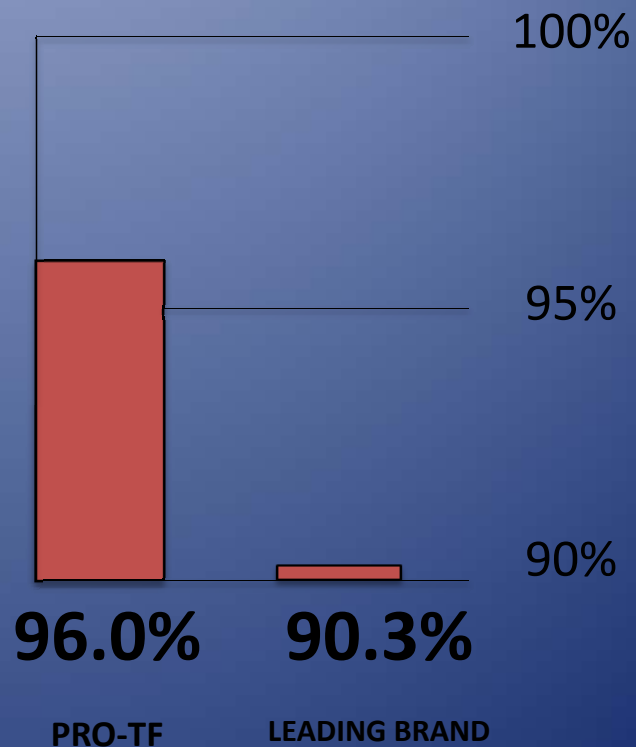
4-Life Research

9850 S. 300 W.

Sandy Utah 84070 United States

**BETTER PROTEIN  
DIGESTIBILITY THAN  
A LEADING BRAND  
OF WHEY PROTEIN  
POWDER**

## PRO-TF Benefits





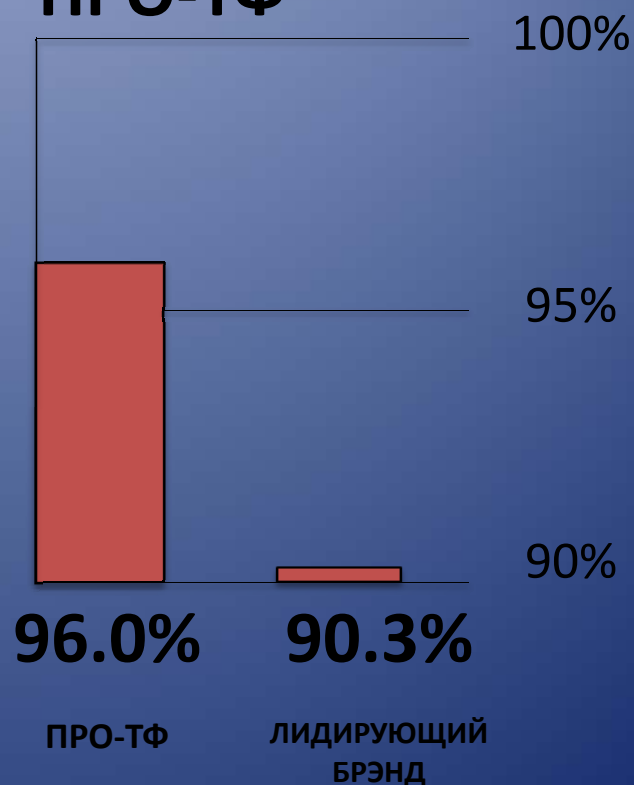
Report Number: 1417543-0  
Report Date: 03-Feb-2016  
Report Status: Final

## Certificate of Analysis

4-Life Research  
9850 S. 300 W.  
Sandy Utah 84070 United States

**ЛУЧШАЯ  
УСВАИВАЕМОСТЬ  
ПРОТЕИНА, ЧЕМ У  
ЛИДИРУЮЩЕГО  
ПРОИЗВОДИТЕЛЯ  
ПОРОШКОВОГО  
СЫВОРОТОЧНОГО  
ПРОТЕИНА**

## Преимущества ПРО-ТФ



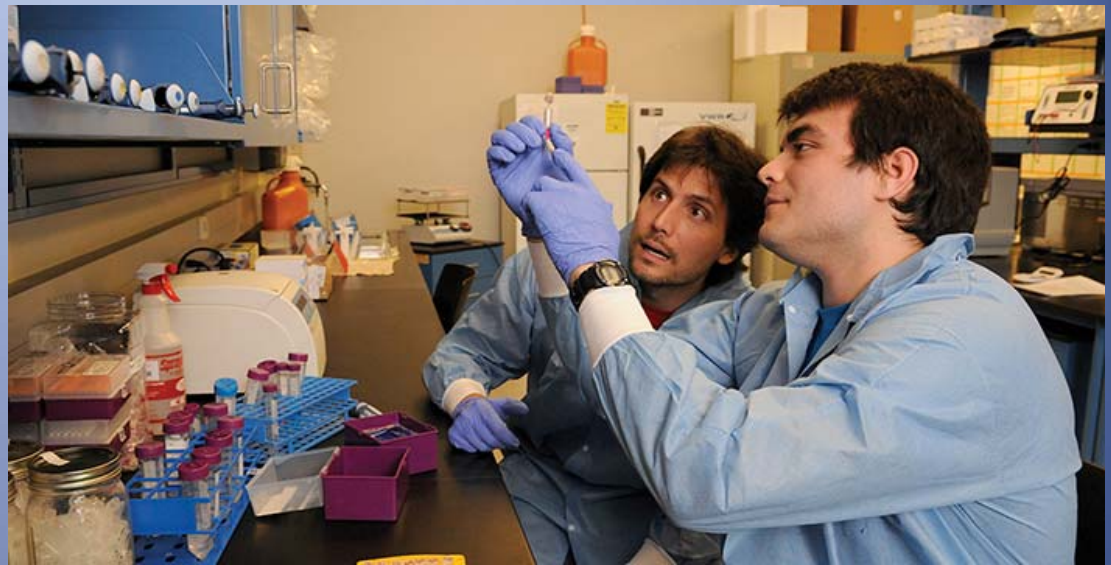


AUBURN

UNIVERSITY

COLLEGE OF EDUCATION

*School of Kinesiology*



Mobley et al. *Journal of the International Society of Sports Nutrition* (2015) 12:14  
DOI 10.1186/s12970-015-0076-9



RESEARCH ARTICLE

Open Access

## Effects of protein type and composition on postprandial markers of skeletal muscle anabolism, adipose tissue lipolysis, and hypothalamic gene expression

Christopher Brooks Mobley<sup>1</sup>, Carlton D Fox<sup>1</sup>, Brian S Ferguson<sup>1</sup>, Corrie A Pascoe<sup>1</sup>, James C Healy<sup>1</sup>, Jeremy S McAdam<sup>1</sup>, Christopher M Lockwood<sup>2</sup> and Michael D Roberts<sup>1\*</sup>

### Abstract

**Background:** We examined the acute effects of different dietary protein sources (0.19 g, dissolved in 1 ml of water) on skeletal muscle, adipose tissue and hypothalamic satiety-related markers in fasted, male Wistar rats (~250 g).





AUBURN

UNIVERSITY

COLLEGE OF EDUCATION

School of Kinesiology



Mobley et al. *Journal of the International Society of Sports Nutrition* (2015) 12:14  
DOI 10.1186/s12970-015-0076-9



RESEARCH ARTICLE

Open Access

## Effects of protein type and composition on postprandial markers of skeletal muscle anabolism, adipose tissue lipolysis, and hypothalamic gene expression

Christopher Brooks Mobley<sup>1</sup>, Carlton D Fox<sup>1</sup>, Brian S Ferguson<sup>1</sup>, Corrie A Pascoe<sup>1</sup>, James C Healy<sup>1</sup>, Jeremy S McAdam<sup>1</sup>, Christopher M Lockwood<sup>2</sup> and Michael D Roberts<sup>1\*</sup>

### Abstract

**Background:** We examined the acute effects of different dietary protein sources (0.19 g, dissolved in 1 ml of water) on skeletal muscle, adipose tissue and hypothalamic satiety-related markers in fasted, male Wistar rats (~250 g).

Статья «Влияние типа белка и составляющих его аминокислот на рост скелетных мышц, уменьшение жировой ткани и синтез гормонов гипоталамуса после приема пищи»

# HIGHER NATURALLY- OCCURRING AMINO ACIDS

Amino Acid	PRO-TF	Whey	Pea	Soy	Milk
Isoleucine	1219	1160	980	896	1159
Leucine	2279	2160	1668	1562	1799
Valine	1219	1160	1048	912	1260
Total EAAS	9858	9740	8176	7448	8533
Total BCAAS	4717	4480	3696	3370	4217
References	Mobley et al (2015)	WPC 80% (Davisco Foods Int)	Pea Protein YS 85% (Scoular Company)	Morifuji et al (2010) J Agric Food Chem	Calbet et al (2002) J Nutr. 132(8):2174

\* All amino acid amounts expressed in mg and adjusted to a 20-g serving



# НАИБОЛЬШЕЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРИРОДНЫХ АМИНОКИСЛОТ

АМИНО-КИСЛОТА	ПРО-ТФ	сыворотка	горох	соя	молоко
изолейцин	1219	1160	980	896	1159
лейцин	2279	2160	1668	1562	1799
валин	1219	1160	1048	912	1260
Всего содержание незаменимых аминокислот	9858	9740	8176	7448	8533
Всего содержание аминокислот с разветвлёнными боковыми цепями	4717	4480	3696	3370	4217
ССЫЛКИ	Mobley et al (2015)	WPC 80% (Daviisco Foods Int)	Pea Protein YS 85% (Scoular Company)	Morifuji et al (2010) J Agric Food Chem	Calbet et al (2002) J Nutr. 132(8):2174

\* кол-во всех аминокислот указано в мг в расчете на 20 г продукта (рекомендуемая порция)

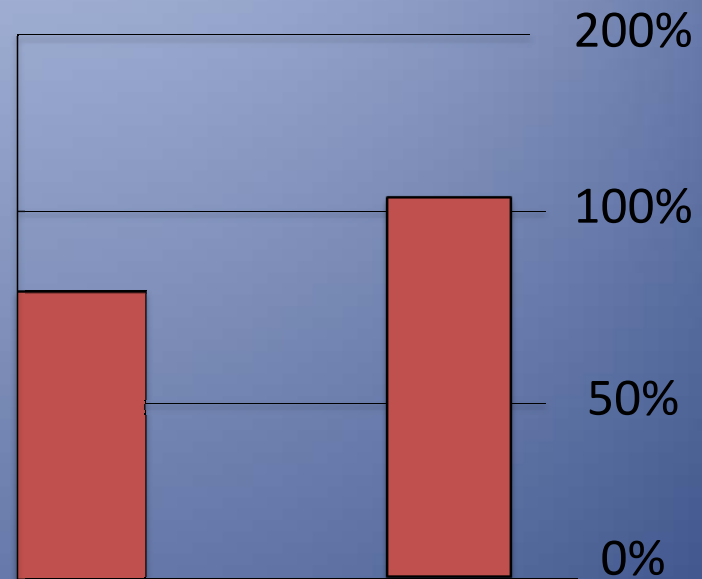


AUBURN  
UNIVERSITY

COLLEGE OF EDUCATION  
School of Kinesiology

# INCREASES MUSCLE PROTEIN SYNTHESIS

## PRO-TF Benefits



**74%**

**HYDROLYZED  
WHEY +  
TRANSFER  
FACTORS**

**104%**

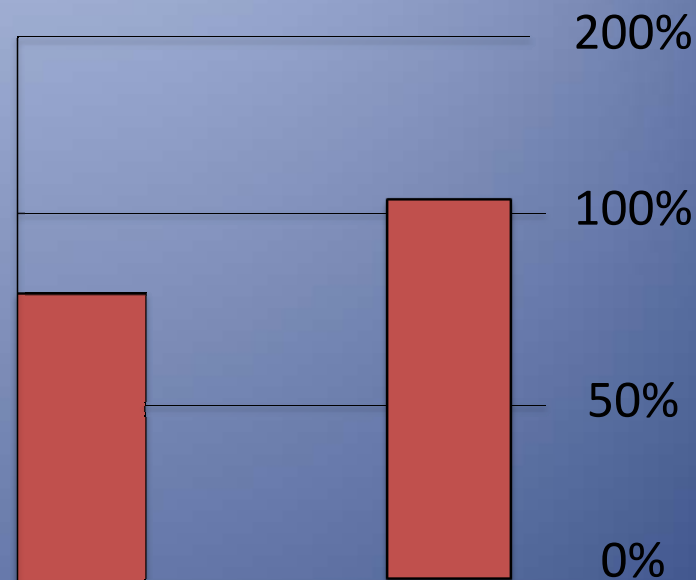
**UNDENATURED  
WHEY**



COLLEGE OF EDUCATION  
*School of Kinesiology*

# УВЕЛИЧИВАЕТ СИНТЕЗ МЫШЕЧНОГО БЕЛКА

## Преимущества ПРО-ТФ



**74%**

**104%**

**ГИДРОЛИЗОВАННАЯ  
СЫВОРОТКА +  
ТРАНСФЕР ФАКТОРЫ**

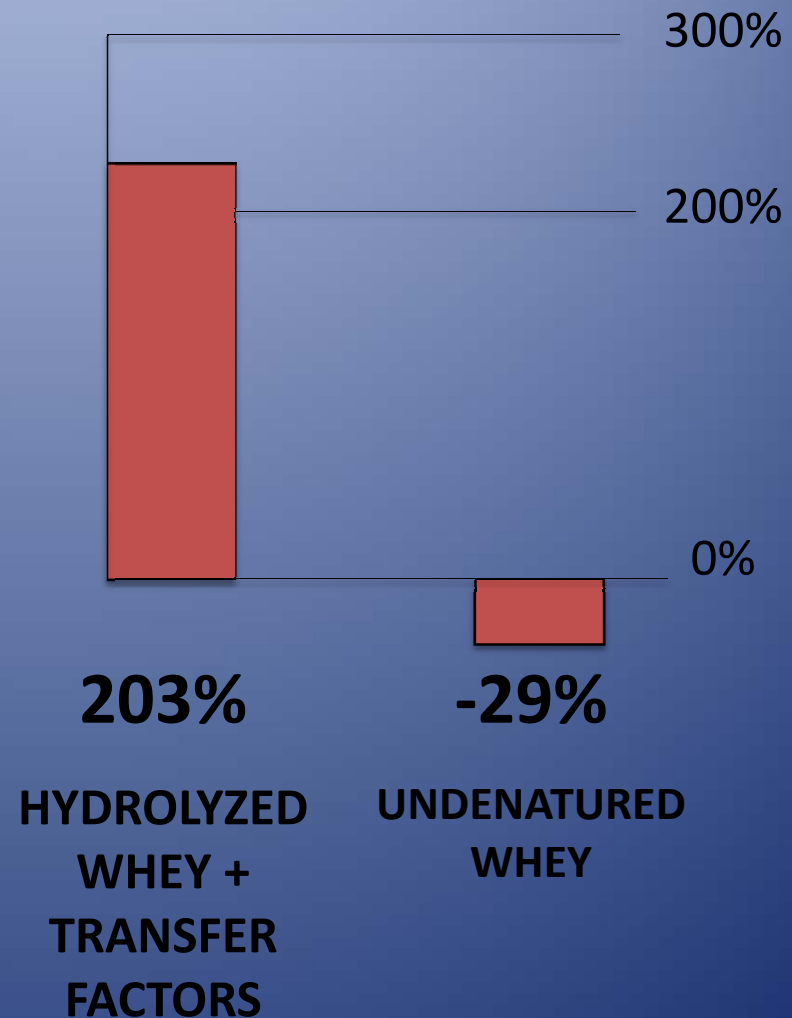
**НЕДЕНАТУРИРОВАННАЯ  
СЫВОРОТКА**





# STIMULATES FAT BURNING MARKERS

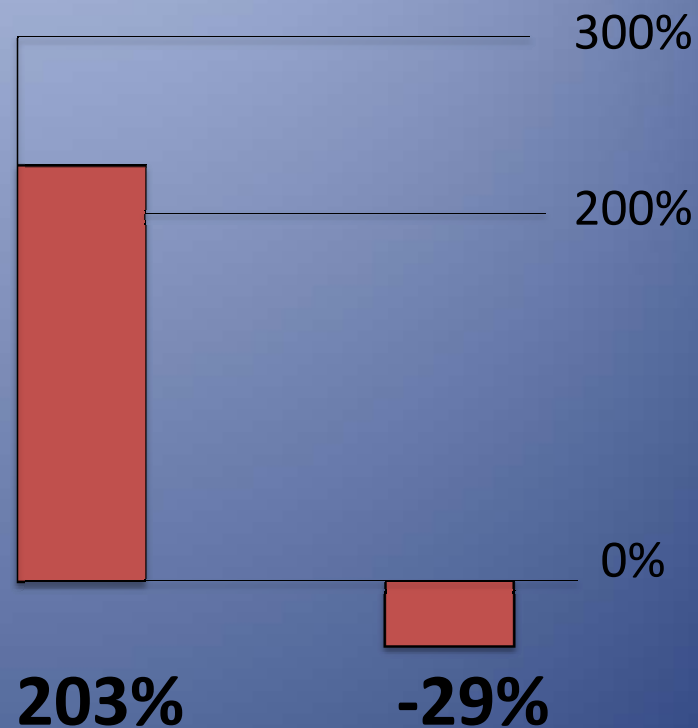
## PRO-TF Benefits





# СТИМУЛИРУЕТ СЖИГАНИЕ ЖИРА

## Преимущества ПРО-ТФ



ГИДРОЛИЗОВАННАЯ  
СЫВОРОТКА+  
ТРАНСФЕР ФАКТОРЫ

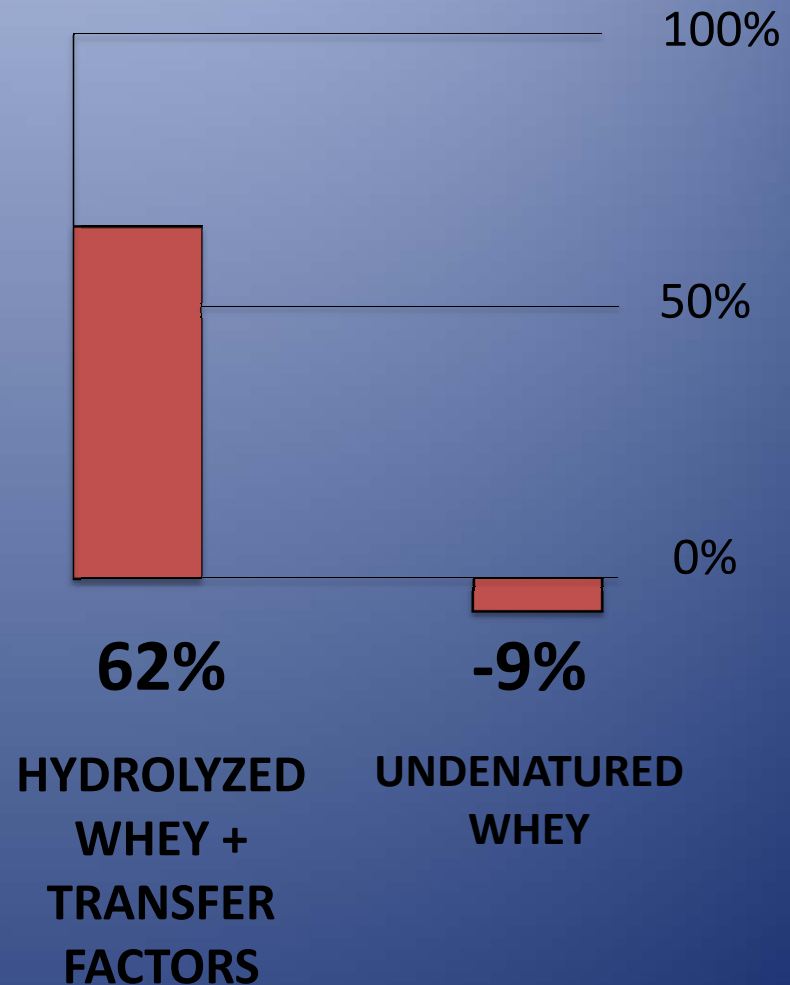
НЕДЕНАТУРИРОВАННАЯ  
СЫВОРОТКА





REDUCES  
HUNGER  
CRAVING  
MARKERS

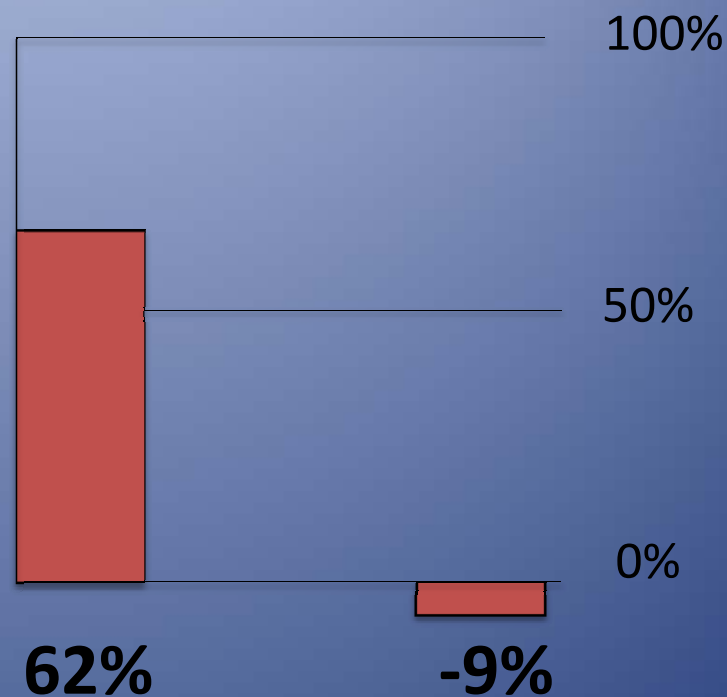
## PRO-TF Benefits



COLLEGE OF EDUCATION  
*School of Kinesiology*

# УМЕНЬШАЕТ ЧУВСТВО ГОЛОДА

## Преимущества ПРО-ТФ



ГИДРОЛИЗОВАННАЯ  
СЫВОРОТКА+  
ТРАНСФЕР ФАКТОРЫ

НЕДЕНАТУРИРОВАННАЯ  
СЫВОРОТКА

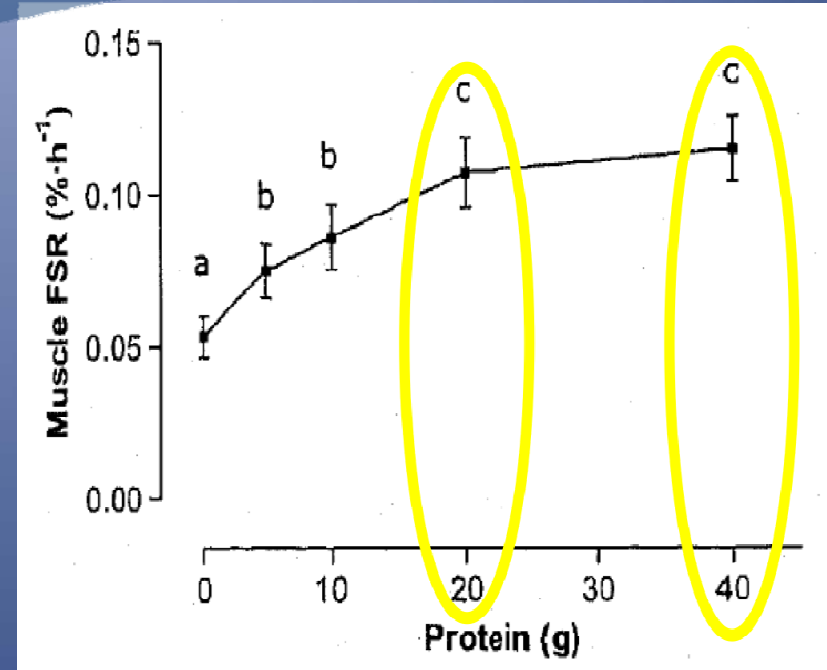


# DOSING OF WHEY PROTEIN

Ingested protein dose response of muscle and albumin protein synthesis after resistance exercise in young men<sup>1-3</sup>

Daniel R Moore, Meghann J Robinson, Jessica L Fry, Jason E Tang, Elisa I Glover, Sarah B Wilkinson, Todd Prior, Mark A Tarnopolsky, and Stuart M Phillips

**20 grams after workout to gain muscle and lose fat**





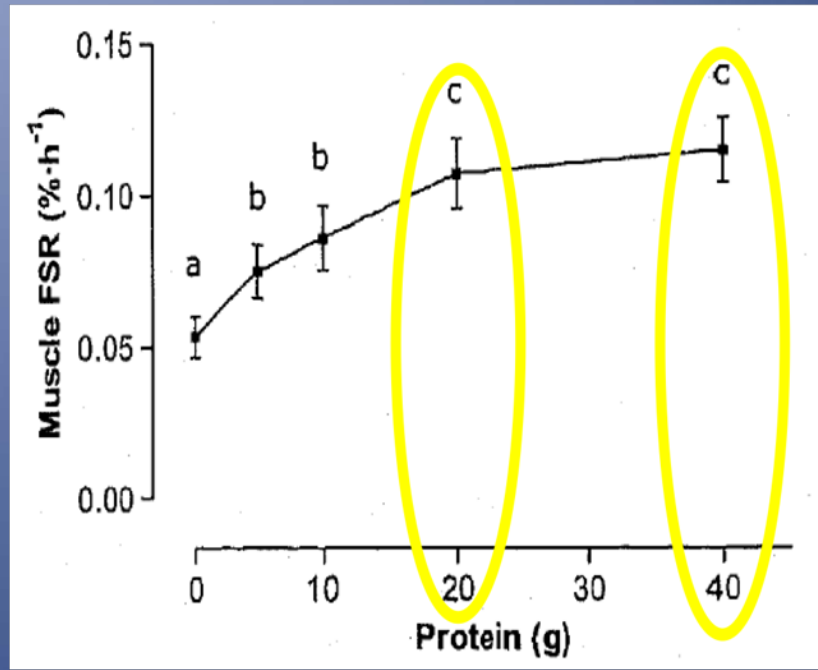
# ДОЗИРОВАНИЕ СЫВОРОТОЧНОГО ПРОТЕИНА

Ingested protein dose response of muscle and albumin protein synthesis after resistance exercise in young men<sup>1-3</sup>  
Daniel R Moore, Meghann J Robinson, Jessica L Fry, Jason E Tang, Elisa I Glover, Sarah B Wilkinson, Todd Prior, Mark A Tarnopolsky, and Stuart M Phillips

Усвоенная порция протеина влияет на синтез белка в мышцах и белка альбумина после силовых упражнений у молодых людей.

20 г после тренировки для наращивания мышц и сжигания жира

Относительный темп синтеза белка в мышцах





# HOW MUCH PROTEIN DO YOU NEED

[www.4Life.com](http://www.4Life.com)

## HOW MUCH PROTEIN DO YOU NEED?

Step 1: Choose your goal weight  
Step 2: Use the following calculation(s):

### **TO LOSE BODY FAT AND WEIGHT:**

Goal weight x 1 = Total daily grams of protein

### **TO GAIN MUSCLE AND STRENGTH:**

Goal weight x 1.33 = Total daily grams of protein

### **EXAMPLE:**

Jane's goal weight is 155 pounds.  
She wants to lose body fat and weight.

$155 \times 1 = \text{up to } 155 \text{ total daily grams of protein}$

Mike's goal weight is 210 pounds.  
He wants to gain muscle and strength.

$210 \times 1.33 = 279 \text{ total daily grams of protein}$

PRO-TF™ is a great way to meet your daily protein goals, while helping you burn fat and build and protect muscle.\*

For help calculating and tracking your daily protein intake, download the free 4LifeTransform™ App available from the App Store or Google Play. Visit [www.4lifetransform.com](http://www.4lifetransform.com) for details.





# СКОЛЬКО ПРОТЕИНА ВАМ НЕОБХОДИМО

[www.4Life.com](http://www.4Life.com)

1. Определите желаемый вес.
2. Подсчитайте потребность в протеине по формуле:

## **ДЛЯ СЖИГАНИЯ ЖИРА И СНИЖЕНИЯ ВЕСА:**

Желаемый вес в кг  $\times$  2,2 = потребность в граммах белка

## **ДЛЯ НАБОРА МЫШЕЧНОЙ МАССЫ:**

Желаемый вес в кг  $\times$  2,2  $\times$  1,33 = потребность в граммах белка

### **ПРИМЕР:**

Татьяна хочет весить 60 кг, ей необходимо сбросить вес и жир.

$60 \times 2,2 =$  до 132 г белка в день

Михаил хочет весить 100 кг. Его задача – нарастить мышцы и увеличить силу.

$100 \times 2,2 \times 1,33 =$  292 г белка в день



# WHAT WE LEARNED TODAY ABOUT PRO-TF...



- Everyone needs protein
- Muscle is important for health
- Contains the best protein blend to help you gain muscle and lose fat
- Easily digested
- Includes 4Life Transfer Factor<sup>®</sup>
- University-tested
- Stimulates fat burning
- Reduces appetite
- Supports skeletal muscle

# ЧТО МЫ УЗНАЛИ СЕГОДНЯ О ПРО-ТФ...



- Белок необходим каждому
- Мышцы важны для здоровья
- Содержит лучшую белковую смесь для роста мышц и потери жира
- Легко усваивается
- Содержит 4Life Трансфер Фактор™
- Прошел исследования при университете
- Стимулирует процесс сжигания жира
- Уменьшает аппетит
- Поддерживает скелетные мышцы



# SEE YOU IN ATLANTA!!



**4Life International Convention**  
**October 12-15, 2016**  
**Atlanta, Georgia USA**







# ДО ВСТРЕЧИ В АТЛАНТЕ!



**Международная конвенция 4Life**

**12-15 октября 2016 г.**

**г. Атланта, штат Джорджия, США**

