

# 8 HOURS SPECTRUM · ACTION SUR 8 HEURES

HOURS/HEURES

1 h

2 h

3 h

4 h

5 h

6 h

7 h

8 h

**KOLA NUT · NOIX DE KOLA**

**SCHISANDRA**

**YERBA MATE**

**SIBERIAN GINSENG · GINSENG SIBÉRIEN**

## **KOLA NUT / NOIX DE KOLA**

Fights sleepiness and boosts awareness  
Combat la fatigue et améliore la vigilance

## **SCHISANDRA**

Helps vitality and stamina  
Aide à la vitalité et l'endurance

## **YERBA MATE**

Helps cognitive performance  
Aide à la performance cognitive

## **SIBERIAN GINSENG / GINSENG SIBÉRIEN**

Physical and mental tonic  
Tonique physique et mental