



puraśāna®
your natural protection



ASHWA GANDHA RAW POWDER

e 100g

use this
powder in



smoothie



tea



juice



latte

EN: Ashwagandha is a plant which is mainly found in Africa and South Asia, also known as Indian Ginseng. It has many health benefits and fits perfectly in a healthy lifestyle. Thanks to its withanolides, which occur naturally in the root, ashwagandha provides support in stressful situations and at times of mental stress. It helps with relaxation and supports mental and physical well-being. Finally, it supports memory function. For optimal effect, it is best to take this product in the evening. **Ingredients:** 100% organic Ashwagandha powder (Withania somnifera) from India. **Store dry and close tightly after each use.** Best before – Batch no: see packaging.

NL: Ashwagandha is een plant die voornamelijk in Afrika & Zuid-Azië voorkomt, ook gekend als Indiase Ginseng. Het heeft tal van gezondheidsvoordelen en past perfect in een gezonde levensstijl. Dankzij withanoliden, die van nature in de wortel voorkomen, ondersteunt ashwagandha in stresssituaties en periodes van mentale spanning. Het helpt te relaxeren en ondersteunt het mentale en fysieke welzijn. Tot slot ondersteunt het de geheugenfunctie. Voor een optimale werking neem je dit product best 's avonds in. **Ingrediënten:** 100% biologisch Ashwagandha poeder (Withania somnifera), afkomstig uit India. **Droog bewaren & na elk gebruik goed sluiten.** Tenminste houdbaar tot – Lot nr.: zie verpakking.

FR: L'ashwagandha est une plante que l'on trouve principalement en Afrique et en Asie du Sud, également connu sous le nom de ginseng indien. Il offre de nombreux avantages pour la santé et s'intègre à la perfection dans un mode de vie sain. Grâce aux withanolides qu'il contient naturellement, l'ashwagandha soutient l'organisme en cas de stress et de tension mentale. Il aide à se relaxer et contribue à bien-être mental et physique. Pour terminer, il a un effet bénéfique sur la mémoire. Pour un effet optimal, prenez ce produit de préférence le soir. **Ingredients:** 100 % poudre d'Ashwagandha (Withania somnifera) bio provenant d'Inde. **Conservé au sec et bien refermer après chaque utilisation.** A consommer de préférence avant le - N° de lot : voir emballage.

DE: Ashwagandha ist eine Pflanze, die hauptsächlich in Afrika und Südasien vorkommt, auch bekannt als Indischer Ginseng. Ashwagandha hat viele gesundheitliche Vorteile und passt perfekt zu einem gesunden Lebensstil. Dank der Withanolide, die in die Wurzel natürlich vorkommen, bietet Ashwagandha Unterstützung in Stresssituationen und in Zeiten psychischen Stresses. Es hilft bei der Entspannung und unterstützt das geistige und körperliche Wohlbefinden. Schließlich unterstützt es auch das Gedächtnis. Für eine optimale Wirkung ist es am besten, dieses Produkt abends einzunehmen. **Zutaten:** 100 % Bio-Ashwagandha-Pulver (Withania somnifera) aus Indien. **Trocken lagern und Packung nach jedem Gebrauch wieder dicht verschließen.** Mindesthaltbarkeitsdatum – Chargennummer: siehe Verpackung.

ES: La ashwagandha es una planta que se encuentra principalmente en África y en el sur de Asia, también conocido como ginseng indio. Tiene muchos beneficios para la salud y encaja perfectamente con un estilo de vida saludable. Gracias a los withanolídeos, que se producen de manera natural en la raíz, la ashwagandha sirve de ayuda en situaciones estresantes y en momentos de estrés mental. Favorece la relajación y mejora el bienestar físico y mental. También refuerza la memoria. Para conseguir un resultado óptimo, lo ideal es consumir este producto por la mañana. **Ingredientes:** Ashwagandha en polvo 100 % orgánico (Withania somnifera) de la India. **Conservar en un lugar seco y cerrarlo bien después de cada uso.** Consumir preferentemente antes de: n.º de lote, consultar el envase.

PT: A erva-moura-somifera é uma planta que pode ser encontrada principalmente em África e no Sul da Ásia, também conhecido como Ginseng indiano. Tem muitos benefícios para a saúde e adapta-se na perfeição a um estilo de vida saudável. Graças às withanolídeos, naturalmente presentes a raiz, a erva-moura-somifera proporciona apoio em situações de stress e em momentos de tensão psicológica. Ajuda a relaxar e apoia o bem-estar mental e físico. Por último, apoia a memória. Para um efeito ótimo, é recomendado tomar este produto à noite. **Ingredientes:** Ashwagandha (Withania somnifera) em pó 100% orgânica da Índia. **Conservar num local seco e fechar bem após cada utilização.** Prazo de validade - N.º de lote: ver embalagem.

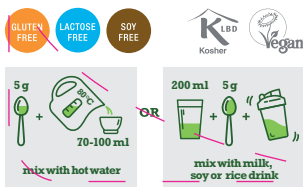
IT: L'ashwagandha è una pianta raccolta prevalentemente in Africa e Asia Meridionale, conosciuto anche come Ginseng indiano. Produce molti benefici per la salute ed è ideale per uno stile di vita sano. Grazie ai withanolidi che fanno naturalmente parte di questa pianta, l'ashwagandha fornisce sostegno in situazioni di stress e in momenti di affaticamento mentale. Contribuisce al rilassamento e favorisce il benessere mentale e fisico. Infine supporta il buon funzionamento della memoria. Per risultati ottimali, il prodotto va assunto preferibilmente la sera. **Ingredienti:** Ashwagandha in polvere 100% da agricoltura biologica (Withania somnifera) originaria dell'India. **Conservare in luogo asciutto e chiudere la confezione ermeticamente dopo ogni utilizzo.** Da consumare preferibilmente entro – Nr. Lotto: vedi confezione.

NO: Ashwagandha er en plante som hovedsakelig finnes i Afrika og Sør-Asia, også kjent som indisk ginseng. Den har mange helsemessige fordeler og passer perfekt inn i en sunn livsstil. Takket være withanolidene, som forekommer naturlig i denne planten, gir ashwagandha hjelp i stressende situasjoner og i perioder med mental stress. Den gjør at kroppen slapper av og øker den mentale og fysiske velværen. Den forbereder også hjernens minnefunksjon. For å få best mulig effekt, anbefales det at man tar dette produktet om kvelden. **Ingredienser:** 100 % rent

organisk Ashwagandha-pulver (Withania somnifera) fra India. **Må oppbevares tørt og lukkes godt etter hver bruk.** Best før – Parti nr.: se emballasjen.

PL: Witania ospała jest rośliną, która występuje głównie w Afryce i Azji Południowej, znany również jako żeń-szeń indyjski. Ma wiele zalet zdrowotnych i doskonale wpisuje się w zdrowy styl życia. Dzięki zawartości witanoloidów, które występują naturalnie w tej roślinie, witania ospała zapewnia wsparcie w sytuacjach stresowych i w czasie napięcia psychicznego. Pomaga w relaksacji i wspiera dobre samopoczucie psychiczne i fizyczne. Poza tym wzmacnia funkcję pamięci. Aby uzyskać optymalny efekt, najlepiej przyjmować produkt wieczorem. **Składnik:** 100% czysty organiczny proszek z witanii ospałej (Asparagus racemosus) z Indii. **Po użyciu szczelnie zamknąć i przechowywać w suchym miejscu.** Termin przydatności do spożycia – nr partii: patrz opakowanie.

Nutrition information / Voedingwaarden / Valeurs nutritionnelles / Durchschnittliche Nährwerte / Valores nutricionales / Valores nutricionais médios / gennomsnittligt Näringsvärde / valori nutrizionali medi / Wartości odżywcze	/ 100g	/ 5g
Energy / Energie / Energie / Energie / valor energético / Energie / energ / valore energetico / Wartość energetyczna	1166 kJ / 278 kcal	58 kJ / 14 kcal
Fat / Vetten / Matières grasses / Fett / grasas / lípidos / fett / grassi / tłuszcz	0.0 g	0.0 g
of which saturates / waarvan verzadigde vetzuren / dont acides gras saturés / davon gesättigte Fettsäuren / de las cuales saturadas / des quais saturados / derav mettede fettsyrer / di cui acidi grassi saturi / w tym nasycony	0.0 g	0.0 g
Carbohydrate / Koolhydraten / Glucides / Kohlenhydrate / carbohidratos / hidratos de carbono / karbohydrat / carbohydrate / Węglowodory	49.0 g	2.5 g
of which sugars / waarvan suikers / dont sucres / davon Zucker / de los cuales azúcares / des quais açúcares / derav socker / di cui zuccheri / w tym cukry	11.0 g	0.5 g
Fibre / Vezel / Fibres alimentaires / Ballaststoffe / fibra alimentaria / fibră / fiber / fibre alimentari / Ballonki	34.0 g	1.7 g
Protein / Eiwitten / Protéines / Eiweiß / proteínas / proteins / protein / proteine / Białko	3.1 g	0.16 g
Salt / Zout / Sel / Salz / sal / salt / salt / Salz / Sol	0.4 g	0.02 g



PURASANA NV
Heuvelstraat 104, B-8560 Gullegem
www.purasana.com

purasana®
your natural protection

