



아직 추위는 남아있지만, 봄 느낌이 드는 날씨가 계속되고 있습니다. 드디어 일본에서는 벚꽃이 만개하기 시작했습니다. 이번 달은 여러분들께 "관절에 좋은 것"에 관한 정보를 전해드립니다. 무릎이나 허리, 어깨 등에 불편함이나 통증을 느끼고 계시진 않으신가요?

새로 출시된 조인트 플러스는 이전의 슈퍼 바이오맥스의 박스를 없애면서 더욱 심플하게 만들어 가격을 낮추었습니다. 아프다고 포기하지마시고 이번 기회에 드시고 통증 부위에 바르셔서 건강하고 편안한 생활을~~

바이오맥스보다 더욱 업그레이드 된 제품을 더 싼 가격으로 체험하실수 있는 기회!

JOINT Plus

SRP \$90/120 caps

관절통이나 근육통을 예방하기 위해서는 MSM, 글루코사민, 콘드로이틴 등을 섭취하는 동시에 적당한 운동을 생활에 포함시키는 것이 중요합니다. 관절에 통증을 느끼는 원인 중 하나는 관절 부위의 연골이 마모되는 것입니다. 관절통을 완화하는데 도움을 주는 성분으로 알려진 글루코사민과 콘드로이틴을 MSM과 함께 섭취하면 더 큰 효과를 기대할 수 있습니다.

『조인트+』는 근육, 골격, 관절 등 결합 조직을 강화하는 영양 성분을 풍부하게 함유한 관절 건강 보조 식품입니다. 유연한 관절을 위한 것뿐만 아니라 젊고 탄력 있는 피부를 만드는 데에도 큰 도움이 됩니다.

관절과 뼈에 필수적인 영양소인 ●글루코사민 ●콘드로이틴 ●콜라겐 ●MSM ●키토산을 좋은 밸런스로 배합하였습니다.。

이런 분들께...

- 관절의 불편함이나 쇠약을 걱정하시는 분
- 피부의 노화가 걱정되시는 분
- 다리, 허리가 약해졌다고 느끼시는 분
- 요통이나 손발이 뻣뻣함을 느끼시는 분
- 건강한 몸을 유지하고 싶으신 분
- 언제나 젊고 활기차게 지내시고 싶으신 분



= 이번달 스페셜 =



【조인트 플러스】를 주문하시는 여러분들께 페인노모어(\$30, 4oz)를 선물로 드립니다.

단, 한분에 한번 적용!



\$90 SRP/ 120caps

Present!



조인트 플러스 하나 사시면 **페인노모어 하나 Free!**



조인트 플러스 5개 사시면 조인트 플러스 하나더 + **페인노모어 하나 Free!**

Present!



업그레이드된 조인트 플러스!

Joint +는 새롭게 출시되었지만, 이전에 Super Bio Max가 새롭게 업그레이드 된것입니다. 이전 Super Bio Max에는 자연유래의 MSM이 400mg 함유되었지만, 새로운 Joint +에는 700mg가 포함되어 있습니다. MSM은 특히 염증 감소, 피부 탄력, 항노화, 면역력 증진에 탁월합니다.

Magnus News는 마그나스 회원을 위한 월간 뉴스 레터입니다. 뉴스 레터에 실린 스페셜은 회원을 대상으로 하고 있습니다. 마그나스 회원이 아닌 분으로 제품을 구입하시고 싶은 분들은 가격이 회원분과 다른 점을 이해해주시기 바랍니다. 마그나스의 회원이 되시 기 위해서는 회사로 전화를 주시든지 주변에 마그나스 회원이신 분들께 문의하시면 됩니다.

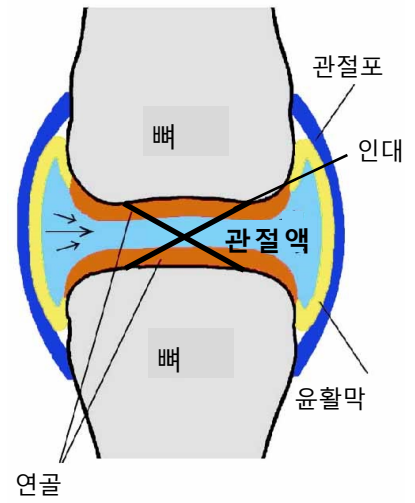


Magnus Enterprises, Inc.
22301 S. Western Ave., Suite 104
Torrance, CA 90501
Tel: 310. 782.9657 / 800.262.4687
Email: info@magnususa.com
www.magnusamerica.com

관절에 좋은 것

나이가 들면서 걱정되는 부분 중 하나가 뼈와 관절입니다. 나이가 들어감에 따라 관절의 통증이나 불편함은 주로 연골 부분에 가해지는 부담이나 연골 성분의 감소가 원인으로 알려져 있습니다. 관절을 강하고 유연하게 유지하려면 평소의 식사와 운동이 큰 열쇠가 됩니다. 관절에 좋은 것들을 적극적으로 섭취하고, 일상적으로 관절을 관리하는 것이 중요합니다.

인간의 몸에는 어깨, 팔꿈치, 엉덩이, 무릎, 발목, 손가락 등 약 260여 곳 이상의 관절이 있으며, 이들은 뼈와 뼈를 연결합니다. 관절의 구조나 형태, 가동 범위에 따라 여러 종류로 분류됩니다



【관절의 구조】

- 연골 : 관절의 표면을 덮고 있는 매끄러운 층은 충격을 흡수하고 관절이 부드럽게 움직이도록 돕습니다.
- 관절낭: 주머니 모양으로 관절 부위를 감싸고 있습니다.
- 막: 관절낭의 내부에 위치하며, 관절액을 분비하여 관절을 윤활하게 합니다.
- 인대: 신축성이 있는 조직으로, 두 개의 뼈를 연결하고 있습니다.

관절에 좋은 영양소

■ 글루코사민

포도당에 아미노기가 결합된 '아미노당'이라고 불리는 물질입니다. 체내에서 생성된 글루코사민은 연골, 피부, 손톱, 인대 등 다양한 조직에 분포하여 조직을 유연하게 만들고 수분을 유지하는 역할을 합니다.

■ MSM (메틸설폰일메탄)

천연 유래의 유기황 화합물로, 단백질과 콜라겐 합성에 필수적인 미네랄입니다. MSM은 관절과 점막 등에 작용하여 건강한 세포를 만드는 데 도움이 됩니다. 연골을 강화시켜 관절 염증을 억제하고 통증을 완화시키는 데 뛰어난 효과가 있습니다.

■ 콘드로이틴

관절의 연골이나 연골디스크 등의 구성 성분입니다. 콘드로이틴이 감소하면 연골의 쿠션 기능이 저하되어 관절 통증이나 요통의 원인이 됩니다. 콘드로이틴은 높은 보수력과 탄력성을 가지고 있어 관절에 가해지는 충격을 완화하고 수분을 유지하는 등의 쿠션 역할을 개선하는 효과가 기대됩니다. 나이가 들수록 감소하기 때문에 보충이 중요합니다.

■ 콜라겐

인체를 구성하는 단백질의 약 1/3은 콜라겐으로 이루어져 있습니다. 나이가 들수록 감소하므로 좋은 품질의 콜라겐 보충이 중요합니다. 피부의 탄력과, 그리고 뼈의 탄력에 필요하며, 신체 조직을 지지하는 역할을 합니다.

관절과 뼈에 도움을 주는 보조 식품



SRP\$30/4oz
PAIN NOMORE:
내추럴 항통증 젤,
통증과 멍침에!



SRP\$90/120caps
JOINT Plus
관절과 뼈 건강에!
글루코사민 · MSM · 콘드로이틴 · 콜라겐 · 키토산 배합

관절과 스트레칭

【고관절과 요통】

오랫동안 앉아 있는 자세를 유지하면 고관절이 움직이지 않아서 허리 주변의 근육이 긴장되고, 혈관이 좁아집니다. 혈관이 좁아지면 온몸에 산소가 충분히 공급되지 않아 조직이 손상될 수 있습니다. 또한 고관절 주변에는 상체와 하체를 연결하는 큰 혈관이 있어, 앉아 있을 때 혈관이 90도 각도로 구부러져 혈류가 나빠집니다. 고관절 주변에는 좌골 신경 등 중요한 신경들도 집중되어 있기 때문에, 장시간 앉아 있으면 허리 주변에 통증이 생기기 쉽습니다.

스트레칭으로 혈행을 좋게 하고
근육을 단련하도록 합시다!

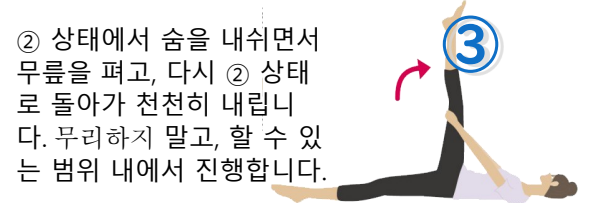
누운 상태에서 한쪽 무릎을 세운 후, 그 무릎을 천천히 가슴 쪽으로 당겨 엉덩이를 스트레칭하는 동작.



① 숨을 내쉬면서 무릎을 배쪽으로 당깁니다.



② 천천히 허벅지를 세웁니다.



③ ② 상태에서 숨을 내쉬면서 무릎을 펴고, 다시 ② 상태로 돌아가 천천히 내립니다. 무리하지 말고, 할 수 있는 범위 내에서 진행합니다.

①②③을 1세트로 해서 번갈아 3세트씩 합니다. ③이 힘들 때는 ①과 ②만을 하고 ②의 상태에서 천천히 다리를 내립니다.



Mr. Torii's Message



봄하면 가장 먼저 떠오르는 것은 벚꽃입니다. 특히 일본에서는 도시 전체가 연한 분홍색으로 물들어 밝고 활기찬 분위기를 만들어주며, 그로 인해 사람들의 기분도 한층 고조됩니다. 제 고향에서는 4월 1일부터 며칠 동안 신사(절)에서 큰 축제가 열리곤 했습니다. 지금도 그 축제는 계속되고 있을 것이라 생각합니다.

얼마 전, 중학교 동창회 초대장이 도착했습니다. 아마 이것이 마지막 동창회일 것 이라 생각하는지 꼭 참석해 달라는 간사님의 여러 번의 이메일과 전화가 있었지만, 아쉽게도 참석하지 못했습니다. 당시 이 학교에서 고등학교로 진학한 사람은 지금과 달리 극히 적었는데 아마 10%에도 미치지 않았을 것입니다. 졸업한 지 70년이 넘었으니, 동창들을 만나 그들의 근황을 듣고 싶었지만 애석하게도 참석을 못했습니다. 그때의 15살 소년들은 모두 건강할까요? 아니, 아마도 이미 영원한 세계로 떠난 친구들도 있을 것입니다. 시간이 정말 빠르게 흐른다는 걸 실감합니다. 저도 이번 여름이면 만 89세가 됩니다. 제가 이상한 것인지 아님 모두들 그런건지 몰라도 나이를 실감하는때는 동창회 초대장이 왔을 때뿐이라, 제 자신이 참 느긋하다고 생각할 때도 있습니다. 아직 50대처럼 느끼며 하루하루를 보내고 있지만, 이제는 조금씩 나이가 들었다는 것을 진지하게 생각해야 하지 않나 하고 반성하고 있습니다. 그렇지만, 인생이 있는 한 꿈을 가지고 하루하루 건강하게 살아가고 싶다는 마음은 변하지 않습니다. 이를 위해선 '건강한 장수'를 유지해야 합니다.

나이가 들면서 체력이 떨어지는 것은 어쩔 수 없고, 특히 눈에 띄게 약해지는 것이 근육입니다. 이를 조금이라도 방지하려면 단백질을 충분히 섭취하고, 꾸준히 몸을 움직여야 합니다.

또한, 나이가 들면서 점점 더 심해지는 문제 중 하나가 수면 장애입니다. 사실, 저의 제일 큰문제가기도해서 여러 방법을 시도해보고 있습니다. 일이 바쁘다는 이유로 규칙적인 수면 시간을 지키지 못하고, 자고 나서도 잠을 제대로 잔것같이 느껴지지 않습니다. 일반적으로 밤 11시 전에 잠자리에 들고 아침 6시쯤 일어나는 것이 이상적이며, 특히 밤 12시에서 2시 사이에 깊은 잠을 자는 것이 중요하다고 합니다. 이 두 시간 동안 몸의 수복이 가장 활발히 이루어지기 때문에, 밤새도록 깨어 있으면 제대로 회복되지않아 건강에 지대한 영향을 끼칩니다. 인간의 세포는 매일 새로 태어나고 있습니다. 일찍 자고 일찍 일어나는 습관을 들이도록 노력합시다.

그리고 식사입니다. 이 부분에 있어 저는 자부심을 느낍니다. 몸에 좋은 음식들을 매일 즐겁고 맛있게 섭취하고 있습니다. 간단한 음식, 전통적인 음식이 가장 좋다고 생각합니다. 여기에 더하여 건강 보조식품을 많이 섭취하여 체력 증진을 도모하고 있습니다. 건강한 장수를 원한다면, ①깨끗한 혈액이 우선입니다. 신선한 채소를 많이 먹고, 부족하면 [로얄그린실크]로 보충합시다. 또한 혈액 순환을 촉진하는 GINKGO CoQ10 맥스]를 섭취하면 좋습니다. ②다음은 신진대사를 원활하게 해서 화학 첨가물이 많은 음식을 최대한 피하고, 효소와 유산균을 섭취하면 좋습니다. ③면역력을 강화해야하는 이유는 나이가 들수록 면역력이 급격히 떨어지기때문입니다. 질병으로부터 자신을 지켜주는 것은 체내의 면역력입니다. 저는 [후켄]과 [카이소]의 섭취량을 나이에 맞게 먹으면서 큰 병 없이 매일 건강하게 지내고 있습니다.

식사, 수면, 운동, 이 세 가지는 모두 건강한 장수에 필수적인 요소입니다. 하지만 하나 더 잊지 말아야 할 것은 마음입니다. 감사, 감동, 감격의 마음을 항상 간직하고, 아무리 작은 일이라도 하루 한 가지 선행을 하도록 노력하는 것이 중요합니다. 저도 '조금이라도 배려 운동'을 실천하며, 다른 사람을 기쁘게 해줄 때 먼저 저자신의 기분이 밝아지고 건강해짐을 느낍니다.

인생은 한 번뿐입니다. 긍정적이고 밝게 살아갑시다.



Kinichi Torii



MAGNUS ENTERPRISES, INC.

22301 S. Western Ave., Suite 104, Torrance California 90501-4155

This material is not intended to be interpreted as a diagnosis or prescription in any way. Information provided herein, for example, references to herbs as to their historical uses, may not be used as a substitute for professional advice or as an alternative to professional medical treatment. MAGNUS ENTERPRISES, INC. does NOT directly or indirectly dispense medical advice or prescribe the use of herbs as a form of treatment or assume responsibility if you choose to prescribe for yourself without your physician's approval.

FIRST CLASS MAIL

조인트 플러스 복용 후기

복용 후기는 이전의 수퍼바이오맥스입니다.

♣ **무엇보다 좋아하는 운동을 할 수 있어서 기쁩니다.**

운동중 무릎을 다친일이 있었습니다. 그리고나서 항상 조심했기때문인지 거의 모를 정도로 나았는데 몇년이 지나 왠지모르게 무릎이 아프기 시작 했습니다. 10여년 전부터 건강식품은 마그나스 제품을 섭취했기에 마그나스에 문의해서 Super Bio Max를 먹기시작했습니다. 6알을 꼭 지켜먹기 시작한지 3달정도가 되자 많이 좋아져 지금은 거의 다 나았습니다. 물론 많이 아플때는 Pain Zero도 발랐습니다. 저에게는 페인제로도 많이 도움이 되었습니다. 지금은 무엇보다 좋아하는 운동을 다시 할 수 있어 기쁩니다. A Nagaoka(Gardena)



♣ **뻣뻣한 손**

저는 식당을 경영하고 있습니다. 종업원들이 있다고 해도 제가 할일이 너무 많아 종일 서서 또 무거운것도 들고 해서 손이 움직이기가 불편하고 아침에 일어나면 손이 뻣뻣해서 한동안 손운동도 하면서 지내고 있던중 Bio Max를 알게 되었습니다. 며칠동안을 하루에 4알을 먹으니 아침에 손이 훨씬 부드러워진 것 같았습니다. 아직 2주 정도 밖에 되지않아 확실한 말은 할수 없지만 계속 먹어볼 생각입니다.

T N (HI)



페인노모어 사용 후기



● 50세가 넘으면서 허리 통증이 시작되었습니다. 점점 그 통증이 다리 쪽까지 퍼져서 좌골신경통이 아닌가 생각했습니다. 걱정해주던 친구가 **페인 노모어**를 선물해 주었고, 덕분에 통증이 완화되었습니다. 하지만 더 이상 악화되지 않도록 지금은 근육 만들기에 힘쓰고 있습니다. 근육을 키우려면 아미노산이 중요하고, 신진대사를 위해 혈행을 좋게 하는 것이 중요하다고 들어서 **슈퍼갈릭도** 매일 빠지지 않고 섭취하고 있습니다. 이제 거의 반년이 되어 가는데, 컨디션이 좋아져 **페인 노모어**를 사용하는 횟수도 많이 줄었습니다. 정말 감사드립니다.

M. Sato (오하이오주)

● 아들이 다른 주에서 학교를 다니고 있는데 운동을 하다가 다리를 다쳤다고 했습니다. 병원에서는 다리에 감는 테이프만 찢었다고 하면서 불편하고 아프다고 했습니다. 그러던중 제가 돌보고 있는 할머니가 마그나스 애용자로 할머니를 따라 마그나스에 갔었습니다. 우연히 아들 이야기를 했더니 직원이 샘플을 주면서 보내보라길래 샘플과 함께 페인노모어를 사서 보냈습니다. 아들말로는 통증이 꽤 심했는데 일주일정도 열심히 바르고 병원에서 받은 테이프로 감고 있었더니 거의 다 나았다고 했습니다. 운동을 좋아하는 아이라 상비약으로 늘 가지고 다닙니다.

K T(LA)

