

## 5 nejlepších prášků na hubnutí roku 2023

[fitness101.co.cz/doplanky-stravy/prasky-na-hubnuti](https://fitness101.co.cz/doplanky-stravy/prasky-na-hubnuti)

Jasmin Dijkstra

7. června 2020

### Doplňky stravy

Březen 2023

48



Pokud chcete zhubnout, už jste nejspíše přemýšleli o nákupu prášků na hubnutí. Téměř všechny ženy a muži chtějí alespoň trochu zhubnout. Možná se chcete zbavit přebytečného tuku, protože se už blíží léto nebo prostě jen chcete zhubnout, abyste se cítili lépe.

Dnes existuje již plno způsobů, jak zhubnout. Na výběr máte mnoho různých typů přísných diet a cvičebních plánů, které můžete využít.

V mnoha případech však správné stravování a aktivní cvičení nemusí stačit. Proto existují prášky na hubnutí navržené k tomu, aby vám pomohly zhubnout.

Nejspíše si právě říkáte následující:

„Co když je to špatné pro mé zdraví.“

„Co když to nebude fungovat?“

V tomto článku vám řekneme, proč se nemusíte prášků na hubnutí obávat. Zmíníme také nejlepší prášky, které jsou na základě zkušeností našich a ostatních nejlepší. Takže čtěte dál!

## Účinné prášky na hubnutí

---

Na trhu je plno různých prášků na hubnutí. Plno těchto prášků je prostě a jednoduše odpad a vůbec nefungují – patří sem například i prášky z lékárny.

Braní **ŠPATNÝCH prášků na hubnutí** může mít vážné následky pro vaše zdraví.

Proto je důležité a užitečné udělat před nákupem prášků na hubnutí důkladný průzkum. Kdo ví, někdy stačí i pár prášků a vaše zdraví se může výrazně zhoršit. Určitě nejde o něco, co byste chtěli.

Které prášky na hubnutí tedy opravdu fungují a jsou zdravé?

Prášky, které opravdu pomáhají s hubnutím obvykle fungují těmito třemi způsoby:

- **Snížení chuti k jídlu:** Cítíte se plnější.
- **Snížení absorpce:** Tuk je vstřebáván pomaleji.
- **Zrychlení metabolismu:** Budete tak pálit více tuku.

Účinné prášky jsou zdravé a jsou obvykle z rostlinných výtažků a vlákniny.

## Nejlepších 5 prášků na hubnutí

---

Všechny **nejlepší prášky na hubnutí** jsou seřazeny podle kvality a účinnosti. Proč? Kvalita je pro nás daleko důležitější než cena.

Kvalitní prášky na hubnutí jsou pro vaše hubnutí a zdraví to nejlepší.

**Odmítnutí odpovědnosti:** Všechny doplňky v našem Top 5 seznamu jsou založeny na vědeckých zdrojích a výsledcích našich zákazníků. Výsledky uvedené v tomto článku nemůžeme garantovat. Výsledky se mohou lišit člověk od člověka. Proto vždy kupujte produkt s garancí spokojenosti.

Poř.	Název	Účinnost
1	<a href="#"><u>Fat Burn Active</u></a>	Zhubnutí 6–15 kg za 5 týdnů
2	<a href="#"><u>Keto Actives</u></a>	Zhubnutí 5–12 kg za 5 týdnů
3	<a href="#"><u>Fast Burn Extreme</u></a>	Zhubnutí 5–10 kg za 5 týdnů
4	<a href="#"><u>Piperinox</u></a>	Zhubnutí 4–9 kg za 5 týdnů
5	<a href="#"><u>Extrakt zeleného čaje</u></a>	Zhubnutí 2–6 kg za 5 týdnů

### 1. Fat Burn Active

---

Jako osobní trenéři a poradci na výživu neustále hledáme nové doplňky stravy, které by mohly pomoci našim zákazníkům.

Nejlepšími prášky na hubnutí, které jsme testovali jsou prášky Fat

Burn Active.

Tyto prášky obsahují nejúčinnější přírodní složení na hubnutí: výtažek z kopřivy indické, výtažek ze zeleného čaje, výtažek z divokého pomeranče, výtažek z papriky, výtažek z garcinie kambodžské, kofein, vitamin B6 a chrom.

Několik vědeckých studií ukazuje, že prášky Fat Burn Active se mohou během týdne postarat o 2–3 kg zhubnutí [1] [2].

Těmto **práškům** se od vědců a tisku dostalo velké pozornosti, proto jsme se rozhodli je otestovat a zjistit, jestli skutečně pomáhají hubnout.

*Varování: Prášky Fat Burn Active jsou velmi agresivní. Zvolte prášky Keto Actives, pokud preferujete pomalejší a vyrovnanější hubnutí.*



Po téměř 8 měsíce cestování v Asii jsem přijela domů s více než 24 kg. Byla jsem si prakticky jistá, že mi prášky Fat Burn Active pomůžou zase vše zhubnout. Jsem výživový poradce, takže už jsem si udělala menší průzkum.

Fat Burn Active jsem si objednala online. Zvolila jsem 3 balení, protože byly zrovna v nějaké dočasné akci. Za 3 balení Fat Burn Active jste dostali 3 další balení zdarma. Celkově vám tak přijde 6 balení, kde 3 jsou **zdarma**. Určitě je lepší si jich pořídit víc, protože se někdy v budoucnu budou určitě zase hodit.

Opravdu praktické mi přišlo, že vše bylo zabaleno velmi diskrétně, člověk tak opravdu netušil, co v balíku před rozbalením je.



Po dobu 3 měsíce jsem brala před snídání 2 prášky. Díky tomu jsem neměla pocit hladu a neměla jsem nutkání každou chvíli zavítat do lednice. Během tohoto období jsem se cítila sytá prakticky po každém jídle. Měla jsem prostě pocit, že po Fat Burn Active se mi zrychlil metabolismus. Po 3 měsíce jsem zhubla 22 kg.

Pro mě osobně bylo 22 kg za 3 měsíců trochu rychlé. Preferovala bych hubnutí 1 kg na týden. Ale pro moje klienty s nadváhou je to perfektní nástroj. Většina mých klientů s nadváhou zhubla 5–16 kg během 5 týdnů.

Ještě nejste přesvědčeni? [Na této stránce](#) si můžete přečíst o zkušenostech ostatních uživatelů. Zároveň se nebojte sdílet i své zkušenosti.



Moje před a po

S Fat Burn Active můžete hubnout přirozeně, agresivně a velmi rychle.

### **V krátkosti:**

- Nejsilnější prášky na hubnutí
- 100% přírodní a zdravé
- Snižují chuť k jídlu a navozují pocit sytosti po každém jídle [3]
- Pomáhají vám žít déle [4]
- Snižují riziko kardiovaskulárních onemocnění [5]
- Chrání váš mozek [6]
- Spalují tuk [7]
- Zhubněte 6–15 kg za 5 týdnů

**[Podívejte se na ceny Fat Burn Active zde >>](#)**



## 2. Keto Actives

---

Jde o nejlepší prášky na hubnutí pro ty, kteří chtějí zhubnout rychle.

Od roku 2019 jsou hlavními složkami této řady produktů kyselina linoleová, kofein, výtažek z kořene vitánie snodárné, výtažku z kmínu, máty rolní, výtažek z *Acalypha indica* a zrn zelené kávy.

Keto Actives vás dostanou do režimu spalování tuků velmi rychle (ketóza). Tyto prášky jsou aktuálně nejpopulárnějším doplňkem stravy na hubnutí na světě.

- Přírodní složení
- Snižují chuť k jídlu a bolesti z hladu [8]
- Zrychlují metabolismus [9]
- Spalují tuk [10]

Vědecké studie ukazují, že Keto Actives rozhodně pomáhá s hubnutím [11].



Mnoho mých klientů úspěšně používalo prášky Keto Actives na hubnutí. Mnoho z nich zhublo 5–12 kg za 5 týdnů.

[Podívejte se na ceny Keto Actives zde >>](#)

### 3. Piperinox

---

Prášky Piperinox jsou silnými prášky na hubnutí. Tyto tablety obsahují prakticky to nejlepší složení pro rychlé a účinné hubnutí.

- Vědecky ověřená účinnost
- Snižují chuť k jídlu a navozují pocit sytosti po každém jídle [12]
- Bojují a předchází rakovině [13]
- Zvyšují citlivost na inzulin [14]

Aktivní složení v Piperinox obsahuje BioPerine®, výtažek ze skořice, výtažek z kořene zázvoru, výtažek z divokého pomeranče, výtažek z papriky, výtažek ze semen guarani a





chrom.

BioPerine® je patentovaná, aktivní složka, která pochází z pepřovníku. Tato látka je pro hubnutí nezbytná. Po užití dostane BioPerine® příležitost výrazně zrychlit metabolismus.

Piperinox je perfektní způsob, jak zhubnout přírodně a rychle. Tyto prášky mají tolik zdravotních výhod, že bych o nich mohl psát článek několik hodin.

[Mrkněte se na ceny Piperinoxu zde >>](#)

#### **4. Fast Burn Extreme**

---

Tablety Fast Burn Extreme jsou vynikající prášky na hubnutí. Zhubnout můžete 100% přírodním způsobem.

Složení v Fast Burn Extreme je mladý ječmen a garcinie kambodžská.

- Pomáhá regulovat hladinu krevního cukru a cholesterolu [15]  
[16]

- Pomáhají vašemu tělu zhubnout [17]
- Garcinia kambodžská potlačuje vaši chuť k jídlu [18]

Mladý ječmen pomáhá s hubnutím snížením pocitu hladu a chuti k jídlu [19] [20]. Mladý ječmen také zlepšuje trávení, což také výrazně zlepšuje hubnutí [21].

Garcinia kambodžská se stala velmi populární v roce 2012. Je to z toho důvodu, že slavný americký doktor v televizi prohlásil, že jde o zázračné prášky na hubnutí.

Po mnoha nejrůznějších studiích je již jasné, že garcinia kambodžská opravdu pomáhá s hubnutím [22].

Dejte si jen pozor, abyste nekupovali prášky garcinie kambodžské z lékárny. Lékárny totiž často prodávají varianty s nízkou dávkou a rozhodně nestojí za vaše peníze.

[Mrkněte se na ceny Fast Burn Extreme zde >>](#)



## 5. Extrakt zeleného čaje

---

Pátými prášky na našem seznamu 5 nejlepších prášků na hubnutí je Extrakt zeleného čaje.

Co je extrakt zeleného čaje a co má společného s hubnutím? Opravdu funguje?

V tabletách extraktu zeleného čaje najdete, jak název napovídá, výtažek ze zeleného čaje.

Extrakt zeleného čaje obsahuje kofein a plno antioxidantů. Tyto aktivní látky pomáhají zrychlit metabolismus, abyste mohli zhubnout [23] [24].



Nekupujte si ale prášky zeleného čaje na hubnutí z lékárny. Jde často o horší kvalitu s menším množstvím samotného výtažku.

Doporučujeme si koupit prášky Extrakt zeleného čaje nejlépe z Amazonu, protože zde najdete tu nejvyšší kvalitu a dávkování.

Extrakt zeleného čaje se může pochlubit mnoha zdraví prospěšnými vlastnostmi:

- Spalování tuků [25]
- Chrání váš mozek [26]
- Chrání vás před rakovinou [27]

[Podívejte se na ceny Green Tea Extract zde.](#)

## Často kladené dotazy o prášcích na hubnutí.

---

### Co prášky na hubnutí vlastně jsou?

---

Jak již název napovídá, jde o tablety, které vám pomáhají zhubnout. Tyto prášky obsahují aktivní látky, které vám pomáhají zhubnout. Můžete je dnes najít prakticky všude: v místní lékárně nebo online. Existuje ale také plno prášků na hubnutí, které mohou být škodlivé. Musíte tedy být opatrní a přečíst si na naší stránce, které jsou nejlepší.

### Jak prášky na hubnutí fungují?

---

V tabletách jsou aktivní látky, které se starají o to, abyste měli menší chuť k jídlu, spalovali více tuků, vstřebávali méně tuku z jídla a cítili se plní po každém jídle.

### Jsou prášky na hubnutí bezpečné?

---

Mnoho jich je bezpečných, ale existuje také plno prášků, které mohou být pro vaše zdraví škodlivé. Vždy si před nákupem udělejte průzkum.

### Jak si vybrat vhodné prášky na hubnutí

---

Existuje plno typů doplňků a kapslí na hubnutí, ale mnoho z nich má i svá rizika. Poradte se s doktorem, než začnete prášky na hubnutí brát. Váš doktor vám může dát lékařský předpis na léky, které vám mohou s hubnutím pomoci.

### 48 KOMENTÁŘE

---

### ZANECHAT ODPOVĚĎ

---

