**Скачено с сайта**

[**https://pumpmuscles.ru**](https://pumpmuscles.ru)

### Стероидный курс на массу (болденон + тестостерон энантат)

Представляем вам, один из самых популярных, проверенных и эффективных курсов для начинающих «химиков», для прохождения которого, вам понадобиться купить на «черном рынке» следующее:

* Equipose 200 или 250mg/ml
* Тестостерон энантат 250 mg/ml
* Тамоксифен 10 мг таблетки
* Анастрозол (1 мг/таб), или Летрозол (2,5 мг/таб)

Благодаря включению в курс болденона, снижаем дозировку тестостерона энантата, до минимальных значений без ущерба анаболического эффекта, кроме того, такая комбинация позволяет снизить внутреннею конвертацию анаболиков в эстрогены и **андрогенную** активность курса.

Тамоксифен, **анастрозол** снижает уровень ароматизации анаболических стероидов, тем самым помогает минимизировать побочные эффекты, вызванные повышенным уровнем эстрогенов в крови.

Примерный курс на массу для **опытных "атлетам-химикам"**:

* Неделя 1 - 8: Эквипойз 800mg/в неделю (новичкам снижаем до 400-600 мг)
* Неделя 1 – 8: Тестостерон энантат 500mg/ в неделю
* Неделя 1-10: Анастрозол или Летрозол по результатам анализа на эстрадиол
* Неделя 11 - 13: Тамоксифен по 20 мг в сутки
* Неделя 14: Тамоксифен по 10 мг в сутки

Эквипойз обладает низкой ароматизацией, поэтому инъекции тестостерона **пропорционально колят меньше**, например, если болденона ставят 400/600, то тестостерона соответственно 600/800.

### Стероидный курс на рельеф и сухость мышц (болденон + тестостерон пропионат + винстрол)

Для прохождения данного курса, нам понадобиться следующие фармакологические препараты:

* Болденон 200mg/ml
* Тестостерон пропионат 100mg/ml
* Винстрол 50mg/ml (либо в таблетках)
* Анастрозол (1 мг/таб), или Летрозол (2,5 мг/таб)
* Тамоксифен - 20 мг таблетки

Включения в курс **Винстрола**, обеспечит вам качественный набор сухой мышечной массы, и выглядеть он будет так:

* Неделя 1 - 8: Эквипойз 800mg/в неделю
* Неделя 1 – 8: Тестостерон пропионат 100mg/ml через день
* Неделя 6- 10: Винстрол 50mg/каждый день (либо по 10-20 мг в сутки, в таблетках)
* Неделя 1-10: Анастрозол или Летрозол по результатам анализа на эстрадиол
* Неделя 11 - 13: [послекурсовая терапия](https://pumpmuscles.ru/steroidi/poslekursovaya-terapiya-pkt.html) с тамоксифеном

Дозировки, тестостерона и болденона можно снизить, а порой и нужно снизить, если вы начинаете иметь проблемы со здоровьем.

Помните всегда, чем больше **дозировка**, тем выше шанс проявления побочных эффектов на организм.

В самом конце, читайте возможные **побочные эффекты**, которые могут возникнуть на курсе.

## Рабочие курсы болденона (эквипойза) и дозировки

Длительность рабочего курса для мужчин составляет от 8 до 10 недель, с оптимальной дозировкой болденона от **400 до 800 мг в неделю** (1 раз), все, что < 400 мг – малоэффективно, а все что > 800 мг, не приводит к лучшему результату, наоборот, возрастает высокий риск появления побочных эффектов.

Для набора **мышечной массы**, отлично совмещается эквипойз с тренболоном и тестостероном (в этом случае снижаем курс до 6 недель, для избегания подавления выработки собственного тестостерона и обязательно принимаем **антиэстрогены**)

На рельеф и **сушку мышц** болденон хорошо комбинируется с анаваром и винстролом

Ну и конечно, не стоит забывать, что не только [силовые тренировки](https://pumpmuscles.ru/trenirovka/silovaya-trenirovka), сопряженные с приемом анаболических стероидов, учувствуют в усиленном процессе роста мускулатуры, но и элементарное питание (на [сушку](https://pumpmuscles.ru/pitanie/pitanie-dlja-sushki-tela-menju-i-pravila.html), на [массу](https://pumpmuscles.ru/pitanie/programma-pitanija-dieta-dlja-nabora-myshechnoj-massy.html)), которое является также мощнейшим анаболическим фактором увеличения мышечной массы и силы.

## Побочные эффекты болденона (эквипойза)

Болденон оказывает не значительное влияние на выработку собственного тестостерона, из-за резистентности к ферменту 5-альфа-редуктазе, а также неспособности конвертироваться в мощный **андроген** – дигидротестостерон, поэтому, как таковых побочных эффектов (гипертрофия простаты, акне, облысение, рост волос на теле и лице и прочее) из-за андрогенной активности эквипойза не наблюдается, конечно, при его грамотном применении (касается только мужчин).

Также, отметим, что **низкая эстрогенная активность** болденона (в 2 раза ниже чем у тестостерона!), позволяет использовать атлетам в своей подготовки без применения каких-либо дополнительных **антиэстрогенов**, которые предохраняют атлета от гинекомастии, оттеков и высокого давления, в тоже время, эквипойз в организме спортсмена действует как ингибитор ароматазы, тем самым тормозит превращение тестостерона в эстрогены, поэтому, обязательно ведем контроль за уровнем **эстрадиола** (чтобы он не скатился в ноль).

В связи с повышением уровня эритроцитов, может ухудшаться реологические свойства крови, то есть будет **расти гематокрит** (объем красных кровяных клеток, отражающий соотношение эритроцитов к плазме), поэтому важно на курсе болденона контролировать гематокрит, при отклонении от нормы, следует обратиться к врачу, как правило, назначают тренал или **пентоксифиллин ,** который будет препятствовать агрегации (склеиванию) эритроцитам, то есть не даст создавать в цельной крови «монетные столбики» и их трехмерные конгломераты, улучшая тем самым **реологию** крови.

Некоторые спортсмены, при использовании болденона отмечают **угреваю сыпь** в области рук, плеч, груди и спины, которая довольно легко устраняется путем нанесения специальных гигиенических лосьонов и использования противомикробных мыл.

Для **женщин**, эквипойз, является одним из самых безопасных анаболических стероидов, прежде всего благодаря низкой андрогенной активности (риск появления явлений **вирилизации** будет минимальным).

Конечно не стоит забывать, про липидный профиль, - применение анаболических стероидов повышает уровень **вредного холестерина** (ЛПНП), поэтому обязательно употребляйте на «химическом» курсе, добавки из [омега 3 жирных кислот](https://pumpmuscles.ru/pitanie/produkty-soderzhashchie-omega-3-zhirnye-kisloty-i-ih-polza.html), и сдавайте [анализы на гормоны](https://pumpmuscles.ru/steroidi/kakie-analizy-sdavat-pered-i-posle-kursa-steroidov.html).

***Источник:***[*https://pumpmuscles.ru/steroidi/boldenon-jekvipojz-kurs-otzyvy-pobochnye-jeffekty.html*](https://pumpmuscles.ru/steroidi/boldenon-jekvipojz-kurs-otzyvy-pobochnye-jeffekty.html)