UNILIFE

Look Better

Feel Better

Live Better



UNICITY KOREA LIFE MAGAZINE
NOVEMBER 2026 VOL.97

유니시티 가족 여러분, 안녕하세요.
어느덧 한 해를 마무리하며, **다가올 새해를 준비하는 시기가 되었습니다.**

지난 10월, 우리는 상하이 리워드 트립을 통해 또 하나의 특별한 추억을 함께 만들었습니다.
목표를 향해 끊임없이 도전하고 성취해 온 리더 여러분과 그 기쁨을 나눌 수 있어 더욱
뜻깊은 시간이었습니다. 각자의 자리에서 최선을 다해 주신 모든 분들께 진심으로 감사드립니다.

이제 2026년도 얼마 남지 않았지만, 우리 앞에는 또 하나의 큰 무대가 기다리고 있습니다.
바로 내년 1월 개최되는 **"GLIC 2027"**입니다.

전 세계 유니시티 가족들이 한자리에 모이는 GLIC는 단순한 글로벌 행사를 넘어,
우리가 함께 만들어 온 성장을 축하하고 더 큰 미래를 향한 새로운 영감을 나누는 자리입니다.
이번 GLIC의 메시지인 **"IT'S ABOUT U"**처럼,
유니시티의 모든 변화와 성장은 결국 한 사람 한 사람의 도전과 열정에서 시작됩니다.

여러분의 목표와 성취, 그리고 여러분이 만들어 가는 이야기가 바로 유니시티의 미래입니다.

올해 남은 시간도 각자의 목표를 향해 힘차게 나아가시길 바랍니다.
지금까지 쌓아 온 노력들이 의미 있는 결실로 이어지고,
다가오는 2027년을 더욱 큰 기대와 자신감으로 맞이할 수 있기를 바랍니다.

다가오는 겨울, 건강하고 따뜻하게 보내시고,
내년 1월 GLIC에서 여러분과 함께 새로운 시작을 맞이하기를 기대하겠습니다.
감사합니다.

Executive Vice President, Asia Pacific
바비 김




유니시티의 모든 변화와 성장은 결국
한 사람 한 사람의
도전과 – 열정에서
시작됩니다



UNILIFE

CONTENTS

UNICITY KOREA LIFE MAGAZINE
NOVEMBER 2026 VOL.97

UNILIFE All Rights Reserved.

본 잡지에 실린 기사 및 이미지에 대한 무단복제를 금합니다.
유니시티코리아는 한국도서잡지 윤리위원회의 잡지실천요강을 준수합니다. 본 잡지는 유니시티코리아 회원 여러분들에게 영업 활동을 포함하여 다양한 정보를 제공해 드리기 위한 것입니다.

The Uni Life Magazine is published by Unicity Korea., Ltd.
3rd Fl., 328, Teheran-ro, Gangnam-gu, Seoul, 06212,

Tel 02-3450-1800
Fax 02-553-4231

2026 MESSAGE

02 **경영진 인사말**
유니시티 인터내셔널 아시아 태평양 총괄부사장 바비 김



ISSUE

06 **운동 퍼포먼스 향상 위한 신제품 '스트롱홀드(StrongHold)' 선보여**

08 **UNICITY INTERNATIONAL BIOS LIFE LEADERSHIP TRIP In Bali**
푸른 바다와 짙은 숲, 오래된 전통이 일상 속에 살아 숨 쉬는 곳 BALI



TEAM UNICITY

12 **팀 유니시티 후원 구단 인터뷰**
코트 위의 전설에서 새로운 리더로, 우리은행 전주원 감독의 위대한 도전

16 **팀 유니시티 뉴스**
- '13년 연속 후원' 울산 HD FC와 장기 파트너십 이어간다
- 팀 유니시티와 함께한 태극전사 4인방, 아시안게임 야구 5연패 달성
- GS칼텍스, 3년 만에 컵대회 정상 탈환… 통산 7번째 우승 달성

20 **팀 유니시티 소개**
유니시티가 후원하는 선수들



HEALTH

22 **근육 건강의 시대, 새로운 뉴트리션 시장이 열린다**

- 운동하는 사람만의 시장에서, 모두의 건강을 위한 시장으로
- 근육 영양의 기본, 역시 단백질
- 근육 단백질 합성을 깨우는 신호, 류신
- 근육의 균형을 지키는 영양소, HMB
- 글로벌 HMB 시장, 2030년까지 약 2배 성장 전망
- 근육을 움직이는 에너지, 크레아틴
- 근육의 회복과 건강을 생각하는 영양, 글리신
- 근육을 위한 영양, 이제는 '설계'의 시대

26 **요즘 유독 피곤하고, 살은 안 빠진다면?**

- 우리 몸의 '대사'가 보내는 신호를 확인하세요
- 대사는 우리 몸의 '에너지 시스템'입니다
- 인슐린을 이해하면 혈당의 흐름이 보입니다
- 인슐린의 신호에 둔감해진다면?
- 생각보다 가까이에 있는 당뇨병
- 유니시티의 필그레잇(Feel Great) 프로그램

BEAUTY

30 **피부도 계절을 탄다**

- 계절이 바뀌면 피부도 달라지는 이유
- 여름에 하던 스킨케어, 그대로 괜찮을까요?
- 겨울철 보습, 많이 바르는 것이 답일까요?
- 각질이 보인다고, 바로 제거해야 할까요?
- 겨울 피부는 실내에서도 건조해집니다
- 겨울을 앞두고, 지금 바꿔야 할 피부 습관





NEWS

36 **SNS 이벤트**
스트롱홀드(StrongHold) 신제품 출시 기념 이벤트

38 **10월 동명아동복지센터 봉사활동 후기**



NOTICE

40 **온라인 유통 제품 구매 시 유의사항**
제품 구매 전, 유통 경로를 확인해 주세요

42 **온라인 매체를 통한 제품구매 시 소비자 피해 주의사항**

44 **허위 · 과대 · 과장 광고 금지 안내**

46 **세계 각국 오피스 주소**

운동 퍼포먼스 향상 위한 신제품 ‘스트롱홀드(STRONGHOLD)’ 선보여

- CaHMB·크레아틴 1일 섭취량 기준 각 3,000mg 함유… 운동수행능력 향상 돕는 듀얼 기능성 제품으로 스포츠 뉴트리션 제품군 확대 본격화
- 대구·수원 출시 세미나 성료… 전문가 강연과 서포터즈 체험 사례 통해 제품 경쟁력 소개



건강한 삶을 위한 운동의 중요성이 강조되면서 운동 효율성을 높이고 더 나은 성과를 얻으려는 관심이 커지고 있습니다. 근력 운동부터 러닝, 수영 등 다양한 스포츠 활동을 즐기는 사람들이 늘어나면서 운동수행능력 향상에 도움을 줄 수 있는 영양 솔루션도 주목받고 있습니다.

이러한 가운데 유니시티코리아가 운동수행능력 향상에 도움을 줄 수 있는 건강기능식품 ‘스트롱홀드(StrongHold)’를 선보이며 스포츠 뉴트리션 제품군 확대에 나섰습니다. 이와 함께 지난 9월 6일 대구 엑스코(EXCO)와 7일 수원 신텍스(SINTEX)에서 신제품 출시 세미나를 성황리에 개최하고, 제품의 차별화된 기능성과 과학적 가치를 소개했습니다.

CaHMB · 크레아틴 듀얼 기능성… 운동 퍼포먼스 향상을 위한 차별화된 포뮬라

스트롱홀드의 가장 큰 특징은 운동수행능력 향상에 도움을 줄 수 있는 두 가지 기능성 원료를 하나의 제품에 담았다는 점입니다. 1일 섭취량인 1포당 CaHMB와 크레아틴을 각각 3,000mg씩 함유해 두 기능성 원료를 한 번에 섭취할 수 있도록 설계했습니다. 특히 유니시티의 과학 기술을 바탕으로 국내 최초이자 유일한 CaHMB · 크레아틴 복합 포뮬라를 적용해 차별성을 높였습니다.

CaHMB는 HMB에 칼슘을 결합해 원료의 안정성을 높인 형태로, 운동수행능력 향상에 도움을 줄 수 있는 기능성 원료입니다. 크레아틴은 근력 운동 시 운동수행능력 향상에 도움을 줄 수 있는 기능성 원료로, 스트롱홀드는 두 원료를 함께 배합해 운동 퍼포먼스 향상을 위한 영양 솔루션을 제공합니다. 또한 글리신과 L-로이신을 부원료로 더해 차별화된 원료 구성을 완성했습니다.

섭취 편의성도 높였습니다. 스트롱홀드는 1회 섭취량인 10g을 개별 스틱 형태로

포장해 하루 한 번 물 250~350ml에 타서 간편하게 섭취할 수 있습니다. 운동 전후 등 개인의 운동 습관과 라이프스타일에 맞춰 섭취할 수 있으며, 휴대가 용이해 다양한 운동 환경에서 활용할 수 있습니다. 여기에 상큼하고 달콤한 피치망고향을 적용하고 1포당 당류 0g으로 설계해 맛과 섭취 편의성을 함께 고려했습니다.

대구 · 수원 출시 세미나 성료… 과학적 강연과 실제 체험 사례 공유

유니시티코리아는 스트롱홀드 출시를 기념해 지난 9월 6일 대구 엑스코와 7일 수원 신텍스에서 양일간 신제품 출시 세미나를 개최했습니다. 이번 행사에서는 근육 건강과 스포츠 영양 시장의 최신 트렌드를 조명하고, 스트롱홀드의 제품 특징과 과학적 가치를 다양한 프로그램을 통해 소개했습니다.

세미나는 유니시티코리아 영업마케팅 총괄 윤다니엘 상무의 환영사와 유니시티 인터내셔널 아시아 태평양 총괄 바비 김 부사장의 경영진 메시지로 막을 열었습니다. 이어 유니시티 인터내셔널 파운더스 클럽 글로벌 앰배서더인 박미주 사장과 이진옥 사장이 각각 대구와 수원에서 리더 스피치를 진행하며 신제품에 대한 기대감과 스포츠 영양 시장의 성장 가능성을 공유했습니다.

특히 이번 행사에서는 앞서 진행된 '스트롱홀드 서포터즈'의 8주간 활동을 담은 하이라이트 영상과 실제 체험 사례가 공개돼 눈길을 끌었습니다. 무대에 오른 서포터즈 4인은 스트롱홀드 섭취와 규칙적인 운동을 병행하며 경험한 골격근량 증가, 체지방 감소, 악력 강화 등 다양한 신체 변화와 운동 경험을 공유해 참석자들의 관심을 모았습니다.

전문가 학술 강연도 이어졌습니다. 스포츠 영양학 전문가 김혜정 박사는 '근육 건강과 스포츠 영양 시장'을 주제로 글로벌 스포츠 영양 시장의 최신 트렌드를 소개했습니다. 특히 엘리트 선수 중심에서 생활체육 동호인과 중장년층으로 확대되고 있는 시장의 변화를 짚으며, 과학적 근거와 품질을 고려한 영양 보충의 중요성을 강조했습니다.

이어 유니시티 과학자문위원회 디렉터인 벤자민 빅맨 박사는 근육의 생리학적 메커니즘과 건강한 노화를 위한 근육의 역할을 설명했습니다. 근육이 신체 활동뿐 아니라 혈당 조절과 에너지 대사에도 중요한 역할을 한다는 점을 강조하며, 운동과 균형 잡힌 영양 섭취를 통한 근육 건강의 중요성을 전달했습니다. 또한 CaHMB와 크레아틴의 특성을 과학적 관점에서 설명하며 참석자들의 이해를 도왔습니다.

스포츠 뉴트리션 영역 확대… 프로스포츠부터 일상 속 운동까지

유니시티코리아는 프로스포츠 구단 및 선수 후원 프로그램인 '팀 유니시티(TEAM UNICITY)'를 통해 국내 스포츠 발전과 건강한 스포츠 문화 확산에 기여해 왔습니다. 13년 연속 후원 관계를 이어오고 있는 프로축구 울산 HD FC를 비롯해 프로농구 KCC 이지스와 우리은행 우리WON, 프로배구 KB손해보험 스타즈와 GS칼텍스 서울Kixx 등 다양한 종목의 구단과 장기적인 파트너십을 구축하고 있습니다. 또한 프로야구를 포함한 여러 종목의 선수들을 후원하며 스포츠와 건강한 라이프스타일을 연결하는 브랜드 가치를 높여 왔습니다.

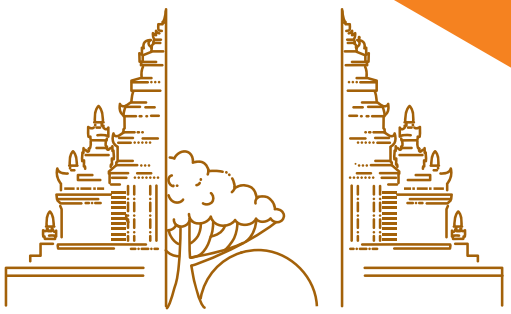
유니시티코리아는 이러한 스포츠 파트너십을 통해 축적한 경험을 바탕으로 스트롱홀드를 앞세워 스포츠 뉴트리션 제품군을 강화해 나갈 계획입니다. 특히 프로스포츠 선수뿐 아니라 근력 운동, 러닝, 수영 등 일상에서 운동을 즐기는 일반 소비자까지 폭넓게 아우르며 다양한 운동 환경과 수요에 대응하고자 합니다.

유니시티코리아 윤다니엘 상무는 "이번 출시 세미나를 통해 스트롱홀드의 차별화된 제품력을 알리고, 운동과 근육 건강의 중요성을 함께 공유할 수 있었습니다"며 "앞으로도 과학적 연구를 바탕으로 한 차별화된 영양 솔루션을 통해 더 많은 소비자들이 건강하고 활력 있는 라이프스타일을 이어갈 수 있도록 노력하겠습니다"라고 전했습니다.

한편, 유니시티코리아는 오는 10월 27일부터 스트롱홀드 기획세트를 한정 수량으로 선보일 예정입니다. 기획세트는 스트롱홀드 4개 구매 시 동일 제품 1개와 전용 보틀 1개를 추가 증정하는 구성으로 마련됐으며, 일반 출시 일정은 추후 공지할 계획입니다.



UNICITY INTERNATIONAL BIOS LIFE LEADERSHIP TRIP In Bali



푸른 바다와 짙은 숲,
오래된 전통이 일상 속에 살아 숨 쉬는 곳

Bali

지금, 삶의 균형과 새로운 영감을 만나는 섬 발리로 여러분을 초대합니다.

안녕하세요. 이번 유니라이프 매거진의 여행 칼럼에서는 유니시티 인터내셔널 리더십 트립의 무대가 될 인도네시아 발리를 소개해 드리겠습니다.

발리는 인도네시아를 대표하는 휴양지이자 '신들의 섬'이라 불리는 곳입니다. 에메랄드빛 바다와 계단식 논, 울창한 열대 자연 위로 힌두 사원과 전통 예술이 어우러져 있으며, 휴식과 모험, 문화적 영감을 한 번에 경험할 수 있습니다. 자연과 인간, 신의 조화를 중시하는 발리의 철학처럼 이곳에서 몸과 마음을 새롭게 채우는 특별한 순간을 만나보시기 바랍니다.

날씨

연중 따뜻한 열대성 기후로 평균 기온은 대체로 26~30℃입니다. 보통 4~10월은 건기, 11~3월은 우기로 구분되며, 얇고 통풍이 잘되는 옷과 자외선 차단용품을 준비하면 좋습니다.

언어

공용어는 인도네시아어이며 현지에서는 발리어도 널리 사용됩니다.
주요 호텔과 관광지에서는 영어로 비교적 원활하게 소통할 수 있습니다.



발리의 관광명소

울루와뚜 사원

인도양을 내려다보는 약 70m 높이의 절벽 위에 자리한 발리의 대표적인 해안 사원입니다. 해 질 무렵 붉게 물드는 수평선과 함께 전통 케착 댄스 공연을 감상할 수 있어 발리의 장엄한 자연과 문화를 동시에 느끼기 좋습니다.

우붓

발리의 예술과 문화 중심지로, 전통 공예 마을과 갤러리, 요가 공간, 숲과 논이 어우러져 있습니다. 우붓 왕궁과 전통시장, 몽키 포레스트 등을 둘러보며 화려한 해변과는 또 다른 깊고 차분한 발리의 매력을 만날 수 있습니다.

뜨갈랄랑 라이스 테라스

산비탈을 따라 층층이 펼쳐지는 계단식 논으로 유명한 곳입니다. 발리 전통의 공동 수로 관리 방식인 '수박(Subak)' 문화가 빚어낸 풍경으로, 자연과 공동체가 조화를 이루는 발리의 삶을 상징적으로 보여줍니다.

따나롯 사원

바다 위 바위섬에 세워진 힌두 사원으로, 밀물 때면 육지와 분리되어 마치 바다 위에 떠 있는 듯한 신비로운 모습을 보여줍니다. 석양과 함께 바라보는 실루엣이 아름다워 발리를 대표하는 일몰 명소로 사랑받고 있습니다.

누사두아

깨끗하게 정돈된 해변과 고급 리조트, 국제회의 시설이 모여 있는 발리 남동부의 대표 휴양 지역입니다. 잔잔한 바다와 편안한 분위기 덕분에 휴식은 물론 대규모 국제행사와 리더십 프로그램을 진행하기에도 적합합니다.



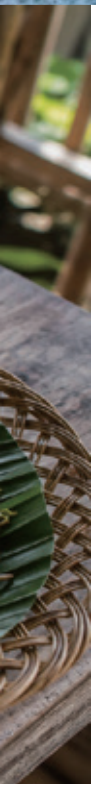






발리에 가면 먹어볼 음식

발리 음식은 향긋한 허브와 향신료, 코코넛, 땅콩소스 등을 풍부하게 활용해 깊고 다채로운 풍미를 냅니다. 불에 굽거나 천천히 익히는 조리법이 많으며, 한 접시 안에 밥과 여러 반찬을 함께 담아 즐기는 문화도 발리 미식의 매력입니다.



나시 짬뿌르

밥을 중심으로 고기와 채소, 달걀, 삼발 등 여러 반찬을 한 접시에 담아 먹는 인도네시아식 한상차림입니다. 식당마다 반찬의 구성과 맛이 달라 한 끼에 발리의 다양한 풍미를 경험할 수 있습니다.

사테 릴릿

다진 생선이나 닭고기에 코코넛과 향신료를 섞은 뒤 대나무 또는 레몬그라스 줄기에 감아 구워내는 발리식 꼬치 요리입니다. 일반적인 사테보다 부드럽고 향긋하며, 발리만의 독특한 조리 방식이 돋보입니다.

아얌 베투투

닭고기에 강황, 생강, 마늘, 고추 등 여러 향신료를 넣고 오랜 시간 천천히 익혀내는 발리 전통 요리입니다. 속까지 깊게 밴 향과 부드러운 육질이 특징이며 특별한 날이나 의식에서도 즐겨 먹습니다.

바비 굴링

향신료를 채운 돼지를 통째로 천천히 구워 겉은 바삭하고 속은 촉촉하게 완성하는 발리의 대표 요리입니다. 얇게 썬 고기와 바삭한 껍질을 밥, 채소, 삼발과 함께 곁들여 먹습니다.

발리 사람들의 삶에는 '트리 히타 카라나(Tri Hita Karana)'라는 오랜 철학이 깊이 자리하고 있습니다. 이는 인간과 신의 조화, 사람과 사람 사이의 조화, 그리고 인간과 자연의 조화를 통해 진정한 행복과 풍요에 이를 수 있다는 가르침입니다.
이러한 철학은 단순한 관념에 머물지 않고 발리의 일상 곳곳에서 이어지고 있습니다. 매일 정성스럽게 올리는 작은 공양과 마을 공동체를 중심으로 서로 돕는 문화, 자연의 흐름을 존중하며 물을 나누는 전통적인 관개 방식인 '수박(Subak)' 시스템이 그 대표적인 모습입니다. 특히 수박 시스템은 물을 효율적으로 관리하는 농업 기술을 넘어, 공동체의 협력과 자연과의 공존을 중요하게 여기는 발리 사람들의 가치관을 잘 보여줍니다. 이러한 문화가 오랜 세월 이어지며 오늘날 발리 특유의 아름다운 계단식 논과 평화로운 풍경을 만들어 왔습니다.

이처럼 발리는 눈앞에 펼쳐지는 자연의 아름다움뿐만 아니라, 함께 살아가는 관계와 조화의 가치를 다시 생각하게 하는 곳입니다. 조화의 섬 발리에서 유니시티 사장님들께서 서로의 경험과 비전을 나누며 더욱 깊이 연결되고, 새로운 영감과 사업의 가능성을 발견하는 뜻깊은 시간을 보내시기를 바랍니다.

발리에서 마주하게 될 새로운 풍경과 문화, 그리고 소중한 만남이 삶에 여유와 활력을 더하고, 더 나은 내일을 향한 새로운 도약으로 이어지기를 기대합니다.
MAKE LIFE BETTER



COACH

코트 위의 전설에서 새로운 리더로, **우리은행 전주원 감독**의 위대한 도전

박신자컵 준우승으로 증명한 가능성,
새로운 우리은행 왕조를 향한 첫걸음

전주원 (1972년생)
소속팀 : 아산 우리은행 우리WON

수상

2010년 신한은행 여자 프로농구 시상식 어시스트상
2010년 2009-2010 여자프로농구 챔피언결정전 최우수선수상

경력

2026.04 ~ 아산 우리은행 우리WON 감독

BASKETBALL

한국 여자농구의 살아 있는 전설, 전주원이 새로운 도전을 시작했습니다. 선수 시절 대한민국 여자농구를 대표하는 스타로 활약했던 그는 지도자로서 오랜 경험을 쌓은 끝에, 2026년 4월 아산 우리은행 우리WON 여자프로농구단의 새로운 사령탑으로 선임됐습니다.
14년간 우리은행의 황금기를 이끈 위성우 감독의 뒤를 이어 지휘봉을 잡은 전주원 감독. 오랜 시간 코트 안팎에서 쌓아온 경험과 자신만의 지도 철학을 바탕으로 새로운 우리은행을 만들어가고 있습니다.
첫 시험대였던 2026 박신자컵에서는 일본의 강호 후지쯔를 상대로 치열한 접전을 펼치며 준우승을 차지했습니다. 비록 우승 트로피를 들어 올리지는 못했지만, 새롭게 구성된 선수단의 경쟁력과 가능성을 확인한 의미 있는 무대였습니다.
유니시티는 우리은행의 새로운 도약을 이끄는 전주원 감독을 만나 사령탑으로서의 첫걸음과 박신자컵 비하인드, 선수단을 향한 진심, 그리고 새로운 시즌을 준비하는 이야기를 들어보았습니다.

코트 위의 전설, 새로운 사령탑이 되다

한국 여자농구를 대표하는 레전드 선수이자 오랜 지도자 생활을 거쳐 마침내 우리은행의 새로운 사령탑에 오르셨습니다. 감독 선임 소식을 처음 들었을 때 어떤 마음이셨나요?

전주원 감독 처음에는 기쁘다는 생각보다 책임감과 부담감이 훨씬 크게 다가왔습니다. 오랜 시간 코치로 생활하면서 감독님을 도와 팀을 운영해 왔지만, 막상 제가 모든 결정을 내려야 하는 자리에 서게 되니 마음이 정말 복잡하더라고요. 코치 시절과 하는 일은 비슷해 보여도 감독이라는 자리는 무게가 완전히 다르다는 걸 느끼고 있습니다. 우리은행이라는 좋은 팀을 맡게 된 만큼 그동안 쌓아온 경험이 헛되지 않도록 최선을 다하고 싶습니다.

오랜 시간 위성우 감독님과 함께하며 우리은행의 수많은 우승을 경험하셨습니다. 코치에서 감독으로 역할이 달라지면서 가장 크게 느끼는 변화는 무엇이며, 감독님만의 지도 철학은 무엇인가요?

전주원 감독 위성우 감독님과 정말 오랜 시간을 함께하면서 많은 것을 배웠습니다. 특히 어려운 상황에서도 팀을 포기하지 않고 끝까지 이끌어가는 모습이 가장 기억에 남습니다. 코치일 때는 감독님의 결정을 뒷받침하는 역할이었다면, 이제는 제가 직접 판단하고 그 결과까지 책임져야 합니다. 아직 어떤 스타일의 감독이라고 단정하고 싶지는 않아요. 선수들과 함께 부딪히고 경험하면서 저만의 색깔을 만들어가고 싶습니다. 다만 어떤 상황에서도 기본을 지키고 팀을 위해 헌신하는 자세만큼은 변하지 않을 겁니다.





박신자컵 준우승, 새로운 가능성을 확인하다

감독 부임 이후 첫 공식 대회였던 2026 박신자컵에서 결승 진출이라는 성과를 거두셨습니다. 첫 대회를 마친 소감과 이번 대회를 통해 얻은 가장 큰 수확은 무엇인가요?

전주원 감독 우승하지 못한 건 당연히 아쉽지만, 선수들에게 정말 고맙다는 말을 해주고 싶습니다. 부상 선수들도 있었고, 대표팀 일정을 마치고 늦게 합류한 선수들도 있어서 완벽하게 손발을 맞출 시간이 부족했거든요. 특히 결승전까지 연속으로 경기를 치르면서 체력적으로 굉장히 힘들었을 텐데, 마지막까지 포기하지 않고 싸워줬습니다. 이번 대회를 통해 우리 선수들이 충분히 경쟁력 있다는 것을 확인했습니다. 부족한 부분도 분명히 보였지만, 앞으로 팀을 만들어가는 데 좋은 경험이 됐다고 생각합니다.

준결승에서 강력한 우승 후보인 KB스타즈를 65-63으로 꺾고 결승에 진출했습니다. 특히 강이슬 선수와 김단비 선수의 활약이 인상적이었는데, 승부를 가른 결정적인 요인은 무엇이었다고 생각하시나요?

전주원 감독 아무래도 중요한 순간에 선수들이 집중력을 잃지 않았던 것이 가장 컸다고 생각합니다. 김단비 선수는 오랫동안 우리 팀의 중심을 잡아준 선수이고, 강이슬 선수는 새롭게 합류하면서 공격에서 다양한 선택지를 만들어주고 있습니다. 두 선수 모두 경험이 풍부하고 큰 경기를 많이 치러봤기 때문에 중요한 순간에 믿고 맡길 수 있다는 장점이 있습니다. 물론 두 선수만 잘한다고 이길 수 있는 건 아닙니다. 다른 선수들도 자신의 역할을 충실히 해줬기 때문에 좋은 결과를 만들 수 있었다고 생각합니다.

결승전에서는 일본 후지쯔를 상대로 마지막까지 치열한 승부를 펼쳤습니다. 아쉽게 준우승에 머물렀지만, 이번 대회를 통해 확인한 우리은행의 강점과 앞으로 보완해야 할 부분은 무엇인가요?

전주원 감독 후지쯔는 조직력과 경기 운영 능력이 정말 좋은 팀입니다. 그런 팀을 상대로 큰 점수 차를 따라잡고 마지막까지 접전을 펼쳤다는 점은 긍정적으로 생각합니다. 선수들이 강한 상대를 만나도 충분히 해볼 수 있다는 자신감을 얻었을 것 같아요. 다만 마지막 승부처에서 체력과 집중력을 유지하는 부분은 더 보완해야 합니다. 지금은 선수들의 몸 상태나 호흡이 완벽하지 않기 때문에 앞으로 함께 훈련하면서 부족한 부분을 채워나가야 할 것 같습니다.

전주원 감독의 리더십과 새로운 도전

우리은행에는 김단비 선수와 새롭게 합류한 강이슬 선수 등 베테랑과 젊은 선수들이 함께하고 있습니다. 서로 다른 개성과 역할을 가진 선수들을 하나의 팀으로 만드는 감독님만의 소통 방식이 궁금합니다.

전주원 감독 김단비 선수와 강이슬 선수는 워낙 경험이 많고 기량도 뛰어난 선수들이기 때문에 두 선수가 얼마나 좋은 시너지를 만들어내느냐가 중요합니다. 하지만 농구는 다섯 명이 함께하는 스포츠잖아요. 두 선수에게만 의존해서는 좋은 성적을 낼 수 없습니다. 이명관 선수나 아시아쿼터 선수들까지 각자의 장점을 살리는 것이 중요하다고 생각합니다. 선수마다 성격도 다르고 잘하는 부분도 다르기 때문에 제가 먼저 선수들을 이해하고, 각자의 역할을 잘할 수 있도록 도와주려고 합니다. 결국 서로를 믿고 자신의 역할에 충실할 때 강한 팀이 만들어진다고 생각합니다.

감독으로서 첫 정규리그를 맞이하는 2026-27시즌, 기존 우리은행의 강점을 계승하면서도 '전주원 감독만의 농구'로 새롭게 보여주고 싶은 모습과 이루고 싶은 목표는 무엇인가요?

전주원 감독 기본적으로는 빠른 농구를 하고 싶습니다. 우리 팀이 다른 팀에 비해 높이가 좋은 편은 아니기 때문에 스피드와 외곽 공격을 잘 활용하는 것이 중요하다고 생각해요. 다만 지금 당장 제가 원하는 농구를 완벽하게 보여드리기는 어렵습니다. 부상 선수들도 돌아와야 하고, 새롭게 합류한 선수들과 호흡도 더 맞춰야 하니까요. 박신자컵에서 가능성을 확인한 만큼 정규리그에서는 더 좋은 경기력을 보여드리고 싶습니다. 무엇보다 선수들이 각자의 장점을 최대한 발휘할 수 있는 팀을 만드는 것이 첫 번째 목표입니다. 그렇게 하나씩 만들어가다 보면 좋은 결과도 따라올 거라고 생각합니다.

우리은행의 든든한 파트너, 유니시티와 함께하는 새로운 도전

농구는 빠른 공수 전환과 격렬한 몸싸움이 이어지는 만큼 선수들의 체력과 컨디션 관리가 중요합니다. 감독님은 선수단의 영양 및 체력 관리에서 어떤 부분을 가장 중요하게 생각하시며, 유니시티의 제품과 지원은 어떤 도움이 되고 있나요?

전주원 감독 농구는 체력 소모가 굉장히 큰 종목입니다. 특히 이번 박신자컵처럼 짧은 기간에 여러 경기를 연속으로 치러야 할 때는 선수들의 컨디션 관리가 정말 중요하다는 것을 다시 한번 느꼈습니다. 저희 팀은 부상 선수들도 있고 가용 인원이 많지 않아 주축 선수들의 체력 부담이 컸거든요. 평소 충분한 영양 섭취와 휴식, 체계적인 회복 관리가 뒷받침돼야 선수들이 코트에서 자신의 기량을

발휘할 수 있다고 생각합니다.
그런 측면에서 유니시티가 선수단의 건강과
영양 관리를 지속적으로 지원해 주는 것은 팀에 큰 힘이
됩니다. 앞으로도 선수들이 좋은 컨디션으로 경기에 집중할
수 있도록 세심하게 관리하겠습니다.

최근 유니시티는 운동 퍼포먼스와 근육 건강에 초점을 맞춘 신제품 '스트롱홀드(StrongHold)'를 출시했습니다. 선수들의 근력과 신체 컨디션이 중요한 농구 종목에서 이러한 스포츠 뉴트리션 제품에 대해 어떤 기대를 갖고 계신가요?

전주원 감독 농구는 빠르게 달리고 멈추는 동작뿐 아니라
점프와 착지, 몸싸움이 끊임없이 반복되는 스포츠입니다.
그만큼 선수들에게 근력과 체력은 기본이고, 시즌 내내
좋은 신체 컨디션을 유지하는 것이 중요합니다. 특히
부상에서 복귀하는 선수들이나 출전 시간이 많은 선수들은
체계적인 훈련과 영양 관리가 함께 이루어져야 한다고
생각합니다. 그런 점에서 운동 퍼포먼스와 근육 건강에
초점을 맞춘 스트롱홀드 같은 제품에도 관심이 갑니다.
선수들의 훈련과 영양 관리에 적절하게 활용할 수
있다면 도움이 될 수 있을 것으로 기대합니다.

마지막으로 전주원 감독님의 새로운 도전을 응원하는 유니시티 회원 여러분께 인사 한 말씀 부탁드립니다.

전주원 감독 유니시티 회원 여러분, 안녕하세요.
우리은행 농구단 감독 전주원입니다. 오랜 시간
우리은행을 응원해 주시고 선수단에 힘을
보내주셔서 진심으로 감사드립니다. 올해는
저에게도 감독으로서 새로운 출발을 하는
뜻깊은 해입니다. 박신자컵에서 보여드린
가능성을 바탕으로 다가오는 정규리그에서는
더 좋은 모습으로 보답하고 싶습니다.
선수들이 코트 위에서 끝까지 포기하지 않고
최선을 다하는 모습을 보여드릴 테니 앞으로도
많은 관심과 응원 부탁드립니다. 유니시티 회원
여러분도 늘 건강하시고 활기찬 일상을 보내시길
바랍니다. 감사합니다.



BASKETBALL

TEAM UNICITY news

‘13년 연속 후원’ 유니시티코리아, 울산 HD FC와 장기 파트너십 이어간다

- 팀 유니시티 후원 프로그램 통해 선수 경기력과 컨디션 관리 돕는 건강기능식품 지원
- 홈경기 현장에 영남 지역 회원 100여 명 함께해… 전광판 이벤트 등 축구 팬과 브랜드 접점 확대



유니시티코리아가 프로축구 K리그 울산 HD FC와 13년 연속 후원 협약을 체결하며 뜻깊은 동행을 이어갑니다.

지난 9월 12일, 울산 문수월드컵경기장에서 열린 울산 HD 홈경기 현장에서는 양사의 건강기능식품 후원 협약식이 진행됐습니다. 2014년 처음 인연을 맺은 유니시티코리아와 울산 HD는 올해로 13년째 굳건한 신뢰를 바탕으로 장기적인 파트너십을 이어오고 있습니다.

유니시티코리아는 스포츠 후원 프로그램 ‘팀 유니시티(TEAM UNICITY)’를 통해 울산 HD 선수들이 시즌 내내 최상의 컨디션을 유지하고 뛰어난 경기력을 발휘할 수 있도록 다양한 건강기능식품을 지원하고 있습니다.

이날 협약식에는 유니시티코리아 윤다니엘 영업마케팅 총괄 상무와 울산 HD 강명원 대표이사를 비롯한 양사 관계자들이 참석해 오랜 파트너십의 의미를 되새겼습니다. 또한 영남 지역 유니시티코리아 회원 100여 명이 경기장을 찾아 울산 HD 선수단을 열정적으로 응원하며 현장에 활기를 더했습니다.

경기장 곳곳에서도 유니시티코리아의 브랜드를 만나볼 수 있었습니다. LED 보드와 A보드, 대형 전광판 등을 통해 울산 HD의 건강기능식품 공식 후원사인 유니시티코리아를 알렸으며, 하프타임에는 관중들이 직접 참여하는 특별한 전광판 이벤트도 진행됐습니다.

이벤트를 통해 ‘바이오스 라이프 이 에너지’, ‘코어 헬스 팩’, ‘유니마테 레몬진져’ 등 유니시티의 주요 제품을 소개하고 직접 경험할 수 있는 기회를 제공하며 축구 팬들과 더욱 가까이 소통하는 시간을 가졌습니다.

90분 동안 쉴 새 없이 그라운드를 누비는 축구 선수들에게 체계적인



에너지와 영양 관리는 매우 중요합니다. 유니시티코리아는 선수들이 강도 높은 훈련과 치열한 경기 일정을 소화하며 최상의 컨디션을 유지할 수 있도록 다양한 제품을 지원하고 있습니다.

'바이오스 라이프 이 에너지'는 에너지 생성과 대사에 필요한 비타민 B군과 유해산소로부터 세포를 보호하는 데 필요한 비타민 C를 함유하고 있습니다. '코어 헬스 팩'은 13종의 비타민과 10종의 미네랄, 옥타코사놀 등 총 24가지 영양소를 한 포에 담아 균형 잡힌 영양 관리를 돕습니다. 또한 '유니마테 레몬진져'는 예르바마테 추출물을 함유한 제품으로, 선수들의 활력 있는 일상을 함께합니다.

특히 '바이오스 라이프 이 에너지'와 '유니마테 레몬진져'는 '인폼드-초이스(Informed-Choice)', '코어 헬스 팩'은 '인폼드-스포츠(Informed-Sport)' 안티도핑 테스트를 통과해 선수들이 더욱 안심하고 섭취할 수 있습니다.

울산 HD 강명원 대표이사는 "13년이라는 긴 시간 동안 한결같은 신뢰와 지원을 보내주고 있는 유니시티코리아에 감사드린다"며 오랜 파트너십에 대한 감사의 뜻을 전했습니다.

유니시티코리아 윤다니엘 상무 역시 "팀 유니시티가 지향하는 것은 단발성 후원을 넘어 선수 및 구단과 함께 성장하는 장기적인 파트너십"이라며 "앞으로도 선수들이 그라운드 위에서 최고의 기량을 펼칠 수 있도록 든든한 파트너로서 지속적인 지원을 이어가겠다"고 밝혔습니다.

13년이라는 긴 시간 동안 쌓아온 신뢰를 바탕으로, 앞으로도 울산 HD 선수들이 그라운드 위에서 빛나는 순간을 만들어갈 수 있도록 팀 유니시티의 든든한 동행은 계속됩니다.

TEAM UNICITY news

팀 유니시티와 함께한 태극전사 4인방, 아시안게임 야구 5연패 달성

팀 유니시티 후원 태극전사 4인방, 아시안게임 야구 5연패 달성
곽빈·조병현·김지찬·이재현, 대한민국 야구대표팀 금메달 획득에 힘 보태



대한민국 야구대표팀이 2026 아이치 · 나고야 아시안게임에서 금메달을 목에 걸며 5회 연속 우승이라는 대기록을 달성했습니다. 이번 우승에는 유니시티코리아의 스포츠 후원 프로그램 '팀 유니시티(TEAM UNICITY)' 소속 곽빈(두산 베어스), 조병현(SSG 랜더스), 김지찬(삼성 라이온즈), 이재현(삼성 라이온즈) 선수도 함께하며 의미를 더했습니다.

류지현 감독이 이끄는 대한민국 야구대표팀은 지난 9월 27일 일본 아이치현 도요하시 시민야구장에서 열린 아시안게임 야구 결승전에서 일본을 3-1로 꺾고 정상에 올랐습니다. 앞서 슈퍼라운드에서 일본에 0-5로 패했던 한국은 결승전에서 설욕에 성공하며 2010 광저우 대회부터 이어온 아시안게임 5회 연속 우승 기록을 완성했습니다.

이번 결승전에서 가장 빛난 선수 중 한 명은 팀 유니시티 소속 곽빈이었습니다. 선발투수로 마운드에 오른 곽빈은 6⅓이닝 동안 111개의 공을 던지며 4피안타 9탈삼진 1실점의 역투를 펼쳤습니다. 특히 6회까지 일본 타선을 무실점으로 틀어막으며 대표팀 승리의 발판을 마련했습니다. 앞선 대만전에서도 6이닝 무피안타 10탈삼진 무실점의 압도적인 투구를 선보였던 곽빈은 이번 대회에서 대표팀 에이스로서의 존재감을 입증했습니다.

곽빈의 뒤를 이어 마운드에 오른 조병현 역시 결정적인 순간에 빛났습니다. 7회말 1-1 동점 상황에서 구원 등판한 조병현은 1사 1, 2루의 위기에서 후속 타자 2명을 연속 삼진으로 돌려세우며 일본의 역전을 저지했습니다. 이후에도 안정적인 투구를 이어가며 1이닝 3탈삼진 무실점으로 대표팀의 승리에 힘을 보탰습니다.

타선에서는 김지찬의 활약이 돋보였습니다. 김지찬은 1-1로 팽팽하게 맞선 8회초 선두타자로 나서 안타를 기록한 뒤 빠른 발을 앞세워 2루까지 진루하며 역전의 발판을 마련했습니다. 한국은 이후 김도영과 문보경의 연속 적시타로 2점을 추가하며 승기를 잡았고, 끝까지 리드를 지켜 금메달을 확정했습니다.

이재현 역시 대한민국 야구대표팀의 일원으로 이번 대회에 참가해 값진 금메달을 함께했습니다. 곽빈과 조병현, 김지찬, 이재현까지 팀 유니시티 소속 선수 4명이 아시아 정상에 오르는 기쁨을 나누며 대한민국 야구의 저력을 보여줬습니다.

GS칼텍스, 3년 만에 컵대회 정상 탈환… 통산 7번째 우승 달성

- 한국도로공사와 풀세트 접전 끝에 3-2 승리… 여자부 컵대회 최다 우승 기록 경신
- 실바 MVP 선정·권민지 맹활약… 2026-2027시즌 활약 기대감 고조



유니시티코리아가 공식 후원하는 GS칼텍스서울Kixx배구단이 2026 여수 · NH농협컵 프로배구대회 여자부 정상에 오르며 우승의 기쁨을 누렸습니다.

GS칼텍스서울Kixx배구단은 지난 10월 18일 전남 여수 진남체육관에서 열린 한국도로공사와의 결승전에서 풀세트 접전 끝에 세트스코어 3-2(25-23, 26-28, 18-25, 25-22, 15-5)로 승리했습니다. 이로써 2023년 이후 3년 만에 컵대회 우승을 차지하며 여자부 역대 최다인 통산 7번째 우승 기록을 달성했습니다.

이날 GS칼텍스는 1세트를 먼저 따내며 기분 좋게 출발했지만, 2세트와 3세트를 연달아 내주며 위기를 맞았습니다. 그러나 4세트에서 집중력을 발휘해 승부를 원점으로 돌렸고, 마지막 5세트에서는 압도적인 경기력을 선보이며 우승을 확정 지었습니다.

우승의 중심에는 외국인 에이스 지젤 실바와 권민지가 있었습니다. 실바는 결승전에서 30득점을 기록하며 공격을 이끌었고, 대회 최우수선수(MVP)에 선정되는 영예를 안았습니다. 권민지 역시 62.86%의 높은 공격 성공률과 24득점을 기록하며 팀 승리에 크게 기여했습니다. 새롭게 합류한 타나차도 19득점으로 힘을 보태며 한층 다양해진 공격력을 선보였습니다.

특히 GS칼텍스는 지난 시즌 V리그 챔피언결정전 우승에 이어 이번 컵대회까지 정상에 오르며 강팀으로서의 저력을 다시 한번 입증했습니다. 우승 경험을 통해 다져진 선수들의 자신감과 조직력에 권민지를 비롯한 국내 선수들의 성장, 타나차 등 새로운 선수들의 합류가 더해지면서 다가오는 2026-2027시즌에 대한 기대감도 높아지고 있습니다.

유니시티코리아는 스포츠 후원 프로그램 '팀 유니시티(TEAM UNICITY)'를 통해 GS칼텍스서울Kixx배구단과 오랜 파트너십을 이어오고 있습니다. 앞으로도 선수들이 최상의 컨디션을 유지하고 뛰어난 경기력을 발휘할 수 있도록 든든한 지원을 이어갈 예정입니다.

TEAM UNICITY

팀 유니시티는 다양한 종목의 프로스포츠 구단과 선수들에게
유니시티 제품을 공급함으로써 선수들의 경기력 향상을 지원하고
최적의 건강을 향한 유니시티만의 철학을 전파하고 있습니다.

팀 유니시티 현황

프로스포츠 팀

- 축구 울산 HD FC
- 배구 KB손해보험 스타즈 배구단
  GS칼텍스 서울Kixx 배구단
- 농구 우리은행 우리WON 농구단
  KCC 이지스 농구단

국가대표 선수

- 쇼트트랙 최민정
- 수영 한다경
- 멀리뛰기 이현우
- 태권도 품새 차예은

프로스포츠 선수

- LG 트윈스 임찬규
- LG 트윈스 손주영
- NC 다이노스 박건우
- NC 다이노스 김형준
- 삼성 라이온즈 강민호
- 삼성 라이온즈 김지찬
- 삼성 라이온즈 이재현
- 기아 타이거즈 김태군
- 롯데 자이언츠 김원중
- KT 위즈 최원준
- 두산 베어스 정수빈
- 두산 베어스 양의지
- 두산 베어스 곽빈
- 두산 베어스 박찬호
- SSG 랜더스 조병현
- LPGA 프로골퍼 임진희
- KLPGA 프로골퍼 안소현



울산 HD FC



KCC 이지스 농구단



KB손해보험 스타즈 배구단



GS칼텍스 서울Kixx 배구단



우리은행 우리WON 농구단



쇼트트랙 국가대표
최민정



수영 국가대표
한다경



멀리뛰기 국가대표
이현우



태권도 품새 국가대표
차예은



LPGA 프로골퍼
임진희



KLPGA 프로골퍼
안소현



삼성 라이온즈
강민호



기아 타이거즈
김태군



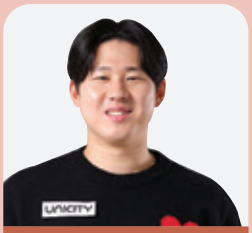
두산 베어스
정수빈



NC 다이노스
박건우



LG 트윈스
임찬규



KT 위즈
최원준



두산 베어스
곽빈



롯데 자이언츠
김원중



삼성 라이온즈
김지찬



삼성 라이온즈
이재현



두산 베어스
양의지



두산 베어스
박찬호



NC 다이노스
김형준



LG 트윈스
손주영



SSG 랜더스
조병현

근육 건강의 시대,
새로운 뉴트리션 시장이 열린다

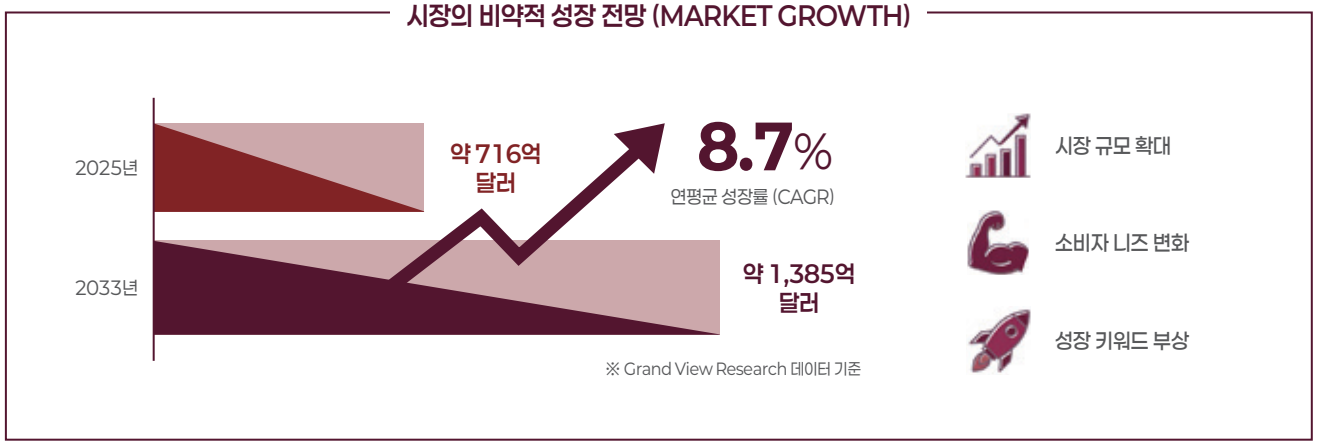


운동선수의 보충제에서, 모두의 필수 영양으로

한때 '근육'은 운동선수나 보디빌더처럼 전문적으로 운동하는 사람들의 관심사로 여겨졌습니다. 단백질 파우더와 스포츠 보충제 역시 운동을 많이 하는 사람을 위한 제품이라는 인식이 강했습니다. 하지만 지금은 달라지고 있습니다.
근육은 몸을 움직이는 것을 넘어 일상적인 신체 기능과 에너지 대사에 중요한 역할을 합니다. 특히 나이가 들수록 근육과 근력이 감소하기 때문에, 근육 건강은 운동 능력을 넘어 건강한 삶을 오래 유지하기 위한 중요한 건강관리 요소로 주목받고 있습니다.
이러한 변화와 함께 스포츠 뉴트리션의 영역도 넓어지고 있습니다. 이제 스포츠 뉴트리션은 운동선수의 경기력 향상을 넘어, 근육의 생성과 유지, 운동 수행과 회복까지 고려하는 영양으로 확장되고 있습니다.

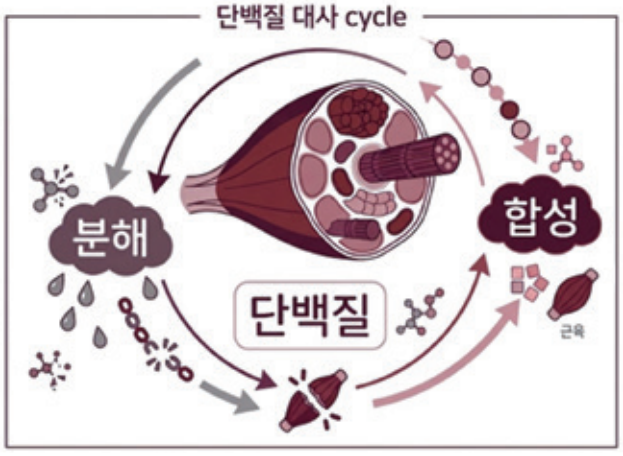
운동하는 사람만의 시장에서, 모두의 건강을 위한 시장으로

글로벌 스포츠 뉴트리션 시장도 빠르게 성장하고 있습니다. Grand View Research에 따르면 글로벌 스포츠 뉴트리션 시장은 2025년 약 716억 달러에서 2033년 약 1,385억 달러까지 성장할 것으로 전망되며, 2026~2033년 연평균 성장률(CAGR)은 8.7%로 예상됩니다.
하지만 주목할 점은 시장 규모만이 아닙니다. 누가, 왜 스포츠 뉴트리션을 찾는지가 달라지고 있다는 점입니다. 과거에는 경기력 향상이나 근육량 증가가 중심이었다면, 최근에는 노화방지 및 체력 유지, 근육 관리와 회복 등 일반적인 건강관리에 대한 관심으로 확대되고 있습니다.
스포츠 뉴트리션의 영역이 넓어지는 가운데, 그 중심에는 '근육 건강'이라는 새로운 키워드가 자리하고 있습니다.



근육 영양의 기본, 역시 단백질

근육을 이야기할 때 가장 먼저 떠오르는 영양소는 역시 단백질입니다. 단백질은 근육을 구성하는 기본 재료입니다. 그런데 우리 몸속 근육은 한 번 만들어지면 그대로 유지되는 것이 아닙니다. 매일 새로운 근육 단백질을 만드는 '합성'과 기존 단백질을 분해하는 '분해'가 끊임없이 일어납니다. 쉽게 말하면 근육은 매일 '만들고, 분해하는 과정'을 반복하면서 균형을 유지하고 있는 것입니다. 운동과 충분한 단백질 섭취가 중요한 이유도 여기에 있습니다.
이러한 시장의 성장과 함께 근육 영양에 대한 관심도 점차 세분화되고 있습니다. 단순히 단백질 섭취량을 늘리는 것을 넘어, 어떤 아미노산이 중요한지, 근육을 잘 유지하기 위해 어떤 영양소가 필요한지에 대한 관심이 커지고 있는 것입니다.
근육을 위한 영양도 이제 단순히 단백질의 '양'을 채우는 것을 넘어, 목적에 맞는 영양소를 선택하고 조합하는 방향으로 발전하고 있습니다.

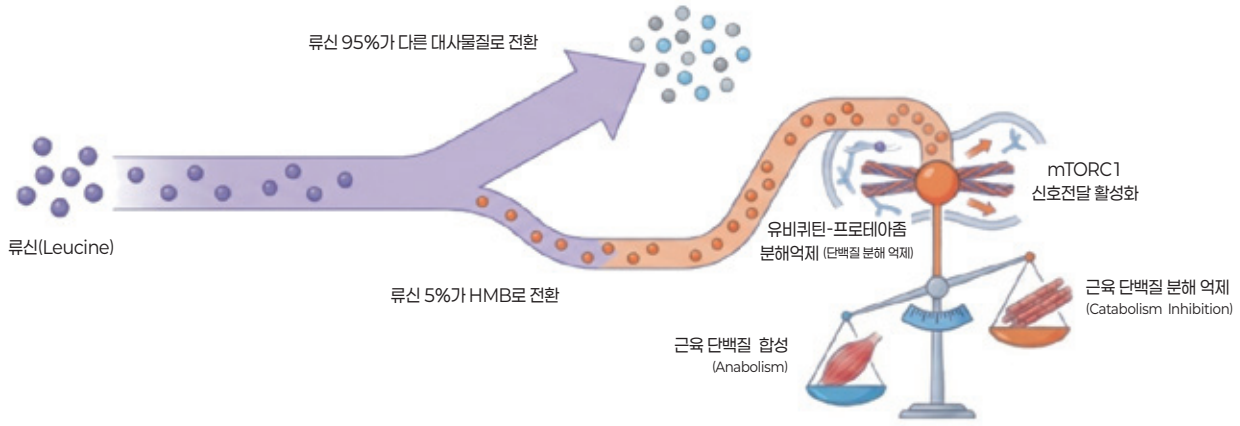


근육 단백질 합성을 깨우는 신호, 류신

단백질은 양도 중요하지만, 어떤 아미노산을 충분히 섭취하는가 역시 근육 건강을 위해 중요합니다. 그 중에서도 주목받는 아미노산이 류신(Leucine)입니다. 류신은 필수아미노산이자 분지사슬 아미노산(BCAA)으로, 우리 몸에서 충분히 만들어지지 않아 음식을 통해 섭취해야 합니다. 흥미로운 점은 우리가 섭취하는 단백질마다 류신이 들어 있는 비율이 다르다는 것입니다. 일반적으로 육류 · 달걀 등 동물성 단백질에는 약 8~9%, 유청단백질에는 약 11~13%의 류신이 함유되어 있습니다. 또한 근육 단백질을 구성하는 재료일 뿐 아니라, mTORC1 신호체계[1]를 활성화해 근육 단백질 합성을 촉진하는 데 중요한 역할을 합니다.
따라서 근육 건강을 위한 단백질 섭취에서는 단순히 단백질의 양을 채우는 것뿐 아니라, 류신을 비롯한 필수아미노산을 충분히 섭취하는 것도 중요합니다. 그리고 여기서 한 가지 더 주목할 영양소가 있습니다. 바로 HMB입니다. 류신은 체내에서 대사되는 과정에서 HMB로 전환되며, 두 영양소는 서로 다른 특성을 가지고 있지만 근육 건강이라는 관점에서 함께 살펴볼 수 있습니다.

[1] mTORC1(mTOR Complex 1)은 세포의 성장과 단백질 합성 등을 조절하는 신호 복합체로, 근육 단백질 합성과 밀접한 관련이 있습니다.

류신-HMB 전환 및 근육 합성 기전



근육의 균형을 지키는 영양소, HMB

HMB(β-hydroxy-β-methylbutyrate)는 류신의 대사 과정에서 생성되는 물질로, 섭취한 류신 가운데 약 5% 정도가 HMB로 전환되는 것으로 알려져 있습니다. 근육에서는 매일 새로운 단백질이 만들어지고, 기존 단백질은 분해되는 과정이 끊임없이 반복됩니다.
HMB는 이러한 과정과 관련해 연구되어 왔으며, mTORC1 신호전달 및 단백질 분해 경로에 영향을 줄 가능성이 제시되고 있습니다. 따라서 HMB는 우리 몸에서 근육 단백질을 합성하고 동시에 근육 단백질의 분해를 억제함으로써 단백질 대사의 균형을 유지하며 '근육을 만들고 유지해주는 성분'으로 이해할 수 있습니다. 특히 운동뿐만 아니라 노화로 인한 근력 감소와 근육 유지 측면에서도 관심을 받고 있습니다.

글로벌 HMB 시장, 2030년까지 약 2배 성장 전망

HMB에 대한 관심은 시장에서도 확인할 수 있습니다. QYResearch에 따르면 글로벌 HMB 시장은 2023년 6,564만 달러에서 2030년 1억 3,659만 달러 규모로 성장할 전망이며, 2024~2030년 CAGR은 11.79%로 예상됩니다. 특히 HMB 시장은 Sports Supplement, Muscle Protection 등의 용도로 구분되고 있어, HMB가 스포츠 뉴트리션을 넘어 근육 보호와 유지라는 영역으로 확장되고 있음을 보여줍니다.

11.79%
연평균 성장률 (CAGR)



고강도 에너지 고갈
운동 중 급격한
ATP(에너지) 소모

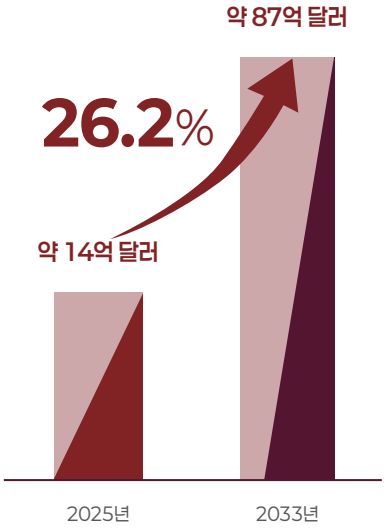
크레아틴의 빠른 개입
고갈된 에너지를
즉각적으로 재충전

퍼포먼스 향상
국제스포츠영양학회(ISSN)가
입증한 근력 및 수행능력 극대화

근육을 움직이는 에너지, 크레아틴

근육 건강을 이야기하면서 빼놓을 수 없는 또 하나의 영양소가 크레아틴(Creatine)입니다. 크레아틴은 근육에서 고강도 운동을 할 때 필요한 에너지를 빠르게 공급하는 데 관여합니다. 그래서 오랫동안 운동선수와 근력 운동을 즐기는 사람들에게 중요한 스포츠 뉴트리션 성분으로 연구되어 왔습니다. 국제스포츠영양학회(ISSN) 역시 크레아틴 보충이 고강도 운동 수행능력과 근력 향상에 도움을 줄 수 있다는 충분한 근거가 축적되어 있다고 설명하고 있습니다.
시장도 이러한 관심을 반영하고 있습니다. Grand View Research에 따르면 글로벌 크레아틴 보충제 시장은 2025년 약 14억 달러에서 2033년 약 87억 달러까지 성장할 것으로 전망되며, 2026~2033년 연평균 성장률은 26.2%로 예상됩니다. 과거 크레아틴이 일부 전문 운동선수의 전유물처럼 여겨졌다면, 이제는 취미생활을 위한 근력 운동과 피트니스, 체력 관리에 관심을 가진 보다 다양한 소비자들이 관심을 보이는 영양소가 되고 있습니다. 근육을 잘 유지하는 것만큼, 그 근육을 잘 활용하고 퍼포먼스를 내는 것도 중요하기 때문입니다.

글로벌 크레아틴 보충제 시장 성장



근육의 회복과 건강을 생각하는 영양, 글리신

글리신(Glycine)은 우리 몸의 단백질을 구성하는 아미노산 중 하나로, 콜라겐과 같은 구조 단백질을 구성하고 다양한 생리적 과정에 관여합니다. 또한 크레아틴의 구성성분으로 운동수행능력 향상 등의 신체 기능에 영향을 줄 수 있습니다. 근육 건강에 대한 관심이 단순한 근육량 증가에서 회복과 전반적인 신체 기능 향상을 함께 고려하는 방향으로 확대되면서, 글리신과 같은 아미노산에도 관심이 이어지고 있습니다.

과거의 뉴트리션 vs 현재의 뉴트리션



근육을 위한 영양, 이제는 '설계'의 시대

운동선수의 퍼포먼스를 위한 영양에서, 근육의 생성과 유지, 운동 수행과 회복, 건강한 노화까지 생각하는 영양으로. 스포츠 뉴트리션의 관심 영역은 이제 운동선수를 넘어 우리의 일상과 건강한 삶으로 확장되고 있습니다. 그리고 그 중심에는 우리가 평생 관리해야 할 '근육'이 있습니다. 근육을 잘 관리하는 것, 이제는 운동만의 이야기가 아닙니다.
우리의 움직임과 건강한 삶을 오래 이어가기 위한 새로운 뉴트리션의 이야기입니다.



요즘 **유독 피곤**하고, **살은 안 빠진다면?**

혈당관리의 새로운 패러다임, '필그레잇(Feel Great)' 라이프

우리 몸의 '대사'가 보내는 신호를 확인하세요

식사 후 유독 나른하고, 예전과 비슷하게 먹는데도 체중이 쉽게 줄지 않거나 에너지가 떨어진 것처럼 느껴질 때가 있습니다. "나이가 들어서 그런가?" 하고 지나치기 쉽지만, 이럴 때 한 번쯤 살펴볼 것이 있습니다. 바로 '대사'입니다. 대사는 우리가 먹은 음식이 에너지로 전환되고, 사용되고, 저장되는 모든 과정입니다. 지금부터 우리 몸에서 24시간 작동하는 '대사'의 흐름을 살펴보겠습니다.

대사는 우리 몸의 '에너지 시스템'입니다

우리가 음식을 먹으면 탄수화물 · 단백질 · 지방과 같은 영양소가 소화 · 흡수됩니다. 우리 몸은 이렇게 얻은 영양소를 에너지를 만드는 데 활용하고, 그 에너지로 움직이고 체온을 유지하며, 근육을 만들고 유지하거나 손상된 조직을 회복합니다. 그리고 지금 당장 사용하지 않는 에너지는 필요에 따라 저장됩니다. 이처럼 에너지를 만들고, 사용하고, 저장하는 모든 과정이 바로 대사입니다. 마치 우리 몸 안에서 24시간 쉬지 않고 돌아가는 '에너지 시스템'과 같습니다. 이 시스템이 원활하게 작동하려면 여러 영양소와 호르몬, 장기와 조직이 함께 움직여야 합니다. 그 중에서도 우리가 주목할 신호가 바로 인슐린입니다.



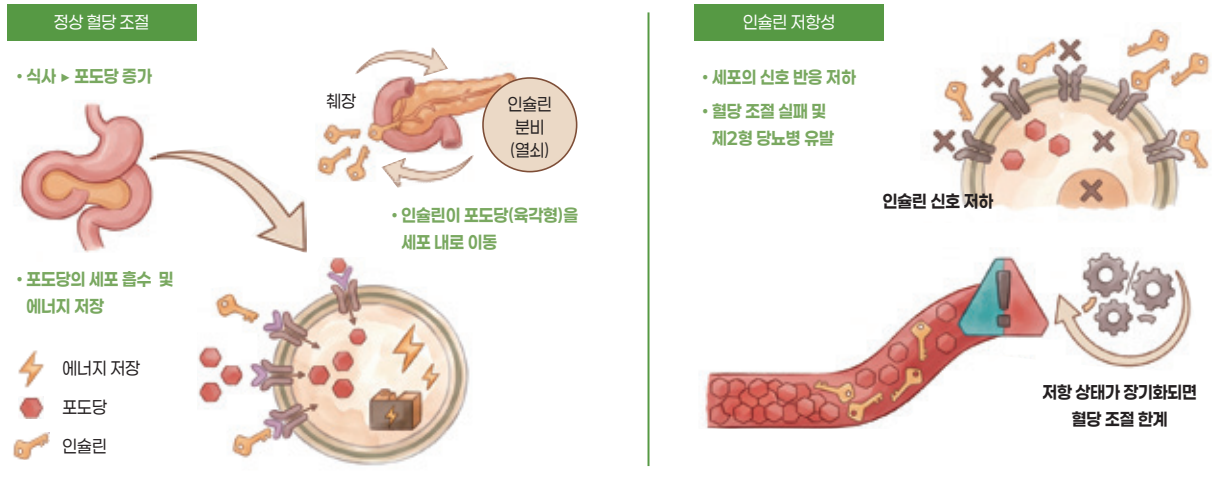
인슐린을 이해하면 혈당의 흐름이 보입니다

인슐린은 흔히 '혈당을 낮추는 호르몬'으로 알려져 있지만, 그 역할은 그보다 넓습니다. 식사를 하면 탄수화물이 소화되면서 혈당이 올라가고, 이때 췌장에서 인슐린이 분비됩니다. 인슐린은 세포에 신호를 보내 혈액 속 포도당이 세포로 들어가 에너지로 사용되거나 저장될 수 있도록 돕습니다. 즉, 인슐린은 우리 몸의 에너지 사용과 저장에 관여하는 중요한 대사 조절 호르몬입니다. 그런데 세포가 인슐린의 신호에 잘 반응하지 않게 될 수 있는데, 이를 인슐린 저항성이라고 합니다.

인슐린의 신호에 둔감해진다면?

인슐린 저항성이 나타나면 세포가 인슐린 신호에 충분히 반응하지 못해 혈당을 조절하기 위해 더 많은 인슐린이 필요해질 수 있습니다. 초기에는 인슐린 분비를 늘려 혈당을 정상 범위로 유지하지만, 이러한 상태가 지속되면 혈당 조절에 어려움이 생길 수 있습니다. 장기적으로는 제2형 당뇨병을 비롯한 대사질환 위험과 관련될 수 있기 때문에, 혈당 건강은 진단 이후가 아니라 평소부터 관심을 가져야 하는 건강 지표입니다.

인슐린과 혈당 조절, 대사 건강의 핵심 메커니즘



생각보다 가까이에 있는 당뇨병

우리나라 성인 7명 중 1명

대한당뇨병학회가 발표한 Diabetes Fact Sheet in Korea 2024에 따르면, 우리나라 30세 이상 성인 중 약 533만 명이 당뇨병을 가지고 있는 것으로 추정되며, 유병률은 14.8%로 나타났습니다.

30세 이상 성인 7명 중 1명

또한 65세 이상에서는 당뇨병 유병률이 약 28%로, 10명 중 3명 가까운 수준입니다. 더 주목해야 할 것은 아직 당뇨병으로 진단받지는 않았지만 혈당이 정상보다 높은 당뇨병 전단계에 해당하는 사람도 많다는 점입니다. 당뇨병 전단계는 당뇨병으로 진행할 위험이 높은 상태이지만, 식습관과 신체활동, 체중 관리 등 생활습관을 돌아보고 관리하기 시작할 수 있는 중요한 시기이기도 합니다.

'덜' 먹는 것만으로 충분할까요?

중요한 것은 식사량보다 '식사의 구성'입니다.

혈당 관리를 위해 무조건 식사량부터 줄일 필요는 없습니다. 같은 양을 먹더라도 무엇을, 어떻게 구성하느냐에 따라 식후 혈당에 미치는 영향은 달라질 수 있기 때문입니다. 정제된 탄수화물이나 단순당보다는 탄수화물과 함께 단백질과 식이섬유를 적절히 구성하는 것이 좋습니다. 결국 중요한 것은 '얼마나 줄일까?'보다 '무엇을 어떻게 구성할까?'입니다. 그렇다면 먼저 살펴볼 것은 탄수화물입니다.

식이섬유에도 특별히 주목할 성분이 있습니다.

귀리의 'β-글루칸' 입니다.

식이섬유 중에서도 β-글루칸은 대표적인 수용성 식이섬유로, 특히 귀리에 풍부합니다. 물과 만나 점성을 형성해 식후 탄수화물의 소화 · 흡수 속도에 영향을 줄 수 있으며, 식후 혈당과 인슐린 반응을 완만하게 하는 데 도움을 줄 수 있습니다. 또한 귀리 β-글루칸은 혈중 콜레스테롤 개선에 도움을 줄 수 있는 기능성 원료입니다. 이처럼 식이섬유는 장 건강뿐 아니라 혈당과 혈중 콜레스테롤 등 대사 건강을 살펴볼 때 중요한 영양소입니다. 정제된 탄수화물과 단순당은 줄이고, 귀리 · 통곡물 · 채소 · 콩류처럼 식이섬유가 풍부한 식품을 식탁에 더해보세요. 탄수화물을 없애기보다 더 나은 선택으로 바꾸는 것입니다.

오래 굶는 것이 목표는 아닙니다.

나에게 맞는 '식사 리듬'을 만들어보세요.

우리는 건강을 생각할 때 '무엇을 먹을까'에 가장 먼저 집중합니다. 하지만 대사 건강과 혈당 관리의 핵심은 '언제, 어떻게 먹고 쉬는가', 즉 '식사 리듬'에 있습니다.
우리 몸 안에는 24시간을 주기형으로 조절하는 생체 시계(Circadian Rhythm)가 존재합니다. 매일 규칙적인 시간에 음식이 들어오고 나갈 때, 소화 기관과 대사 호르몬은 가장 효율적으로 작동합니다. 반대로 식사 시간이 불규칙하거나 늦은 밤 야식을 먹는 습관이 지속되면 생체 시계의 균형이 깨지면서 인슐린 저항성이 높아지고 대사 기능이 저하됩니다. 늦은 시간의 음식 섭취는 수면 중에도 소화 기관을 쉬지 못하게 만들어 깊은 잠을 방해합니다. 취침 최소 3~4시간 전에는 식사를 마치고, 밤사이 소화 기관이 충분히 쉴 수 있는 공복 상태를 유지해 주는 것이 중요합니다.

건강한 대사 일상에서 시작됩니다.

대사는 특별한 사람에게만 필요한 이야기가 아닙니다. 우리가 매일 무엇을 먹고, 얼마나 움직이고, 언제 먹고 쉬는지가 모두 우리 몸의 대사 환경과 연결되어 있습니다. 그래서 대사 건강을 위해 거창한 것부터 시작할 필요는 없습니다. 오늘의 한 끼에서 탄수화물과 식이섬유를 함께 살펴보고, 단백질을 적절히 챙기고, 불필요한 야식과 잦은 간식을 줄이고, 나에게 맞는 규칙적인 식사 리듬을 만들어가는 것. 이런 작은 선택들이 차곡차곡 쌓여 건강한 대사 환경을 만들어가는 출발점이 될 수 있습니다.
오늘 무엇을 먹을지, 언제 먹을지. 작은 선택부터 하나씩 바꿔보세요.

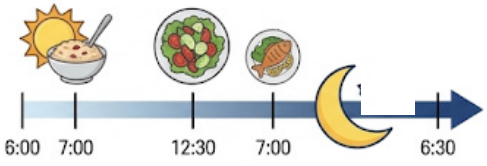
한 접시로 챙기는 식사 리듬 & 구성

한 접시 구성 (식이섬유 + 단백질 챙겨먹기)



'한 접시' 구성은 가장 쉽고 건강한 기초입니다.
매 식사마다 식이섬유와 단백질의 균형을 챙겨주세요.

식사 리듬
(정해진 시간에 식사하기)



수면 리듬
(정해진 패턴에 수면하기)



균형 잡힌 '한 접시'와 함께 정해진 식사 시간,
수면 패턴을 지키는 것이 체내 대사 균형과 건강한 시너지 효과를 위한 핵심입니다.

Feel Great, Save 10

유니시티의 필그레잇(Feel Great) 프로그램

유니시티의 필그레잇(Feel Great) 프로그램은 공복 시간 유지와
식이섬유 섭취를 통해 혈당과 대사 균형을 돕는 건강 관리 프로그램입니다.

01

식사 시간을 정돈해 보세요

**하루 종일 이어지는 간식이나 늦은 야식을 줄이고,
규칙적인 식사 리듬을 만들어보세요.**

예를 들어 저녁 식사 후 다음 날 아침까지 약 12시간 정도의 공복 시간을
만들어보는 것도 하나의 방법입니다. 처음부터 긴 공복 시간을 목표로 하기보다는
자신의 생활 패턴에 맞게 무리하지 않고 시작하는 것이 좋습니다.



02

아침 루틴을 만들어보세요

하루를 시작하는 나만의 루틴을 만들어보세요.

아침에는 유니마테 레몬진져와 함께 간편하게 하루를 시작할 수 있습니다.
예르바 마테를 비롯한 다양한 식물성 원료가 함유된 제품으로, 바쁜 아침에도
간편하게 섭취할 수 있습니다.

03

식사 전 루틴을 만들어보세요

식사 전에는 바이오스 라이프 C 플러스를 활용해보세요.

콜레스테롤과 식후 혈당 케어에 도움을 줄 수 있는 제품으로, 물에 타서
간편하게 섭취할 수 있어 식사 전 건강 루틴으로 활용할 수 있습니다.



피부도 **계절을 탄다**

가을 끝자락, 겨울을 준비하는 피부

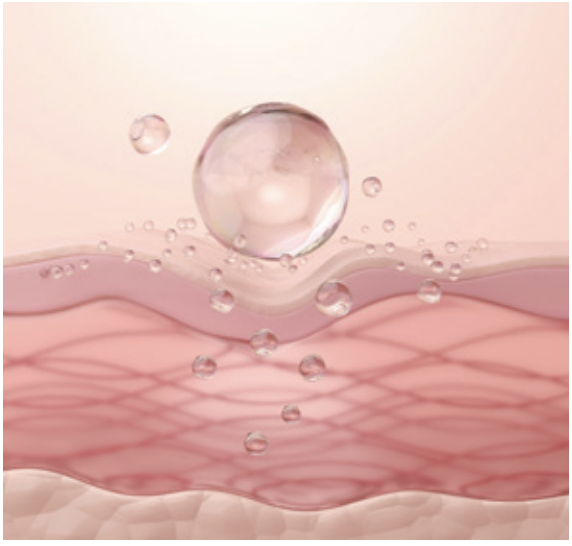
가을이 깊어지고 차가운 바람이 불기 시작하면 평소와 다르게 피부가 당기고, 거칠고, 푸석하게 느껴집니다. 이는 기온과 습도가 낮아지고 차가운 바람과 실내 난방의 영향을 받으면서 피부가 쉽게 건조해지기 때문입니다.

계절이 바뀌면 피부가 놓인 환경도 달라지는 만큼, 피부 상태에 맞는 관리가 필요합니다. 겨울이 시작되기 전, 가을의 끝에서 피부의 변화를 살피고 겨울철 보습 관리를 준비해 보세요.


NEIGENE
EVOLUTION
RICH
CARE
NEIGENE EVOLUTION IS
FORMULATED BASED ON
EXCLUSIVE UNILIITY
SCIENCE
50 ml(1.69 fl. oz)
NEIGENE
EVOLUTION

계절이 바뀌면 피부도 달라지는 이유

피부는 외부 환경의 변화를 가장 먼저 체감하는 곳입니다. 기온과 습도가 낮아지면 피부에서 수분이 증발하기 쉬워지고, 차가운 바람과 실내 난방까지 더해지면서 평소보다 건조함을 쉽게 느낄 수 있습니다. 특히 피부 가장 바깥쪽의 각질층은 피부 속 수분을 지키고 외부 자극으로부터 피부를 보호하는 중요한 역할을 합니다. 따라서 가을에서 겨울로 넘어가는 시기에는 피부가 보내는 작은 변화를 살피면서 스킨케어도 조금씩 조절할 필요가 있습니다.





기온 · 습도 ▼

피부가 건조해지기
쉬운 환경



피부 수분 손실 ▲

피부 속 수분이
증발하는 상태



건조함 · 당김 · 푸석함

피부 장벽이
약해진 징후



피부 장벽 강화 · 보습

수분을 채우고 보호막을
형성하는 단계

여름에 하던 스킨케어, 그대로 괜찮을까요?

여름에는 땀과 피지 분비가 많아 가볍고 산뜻한 사용감의 제품을 선호하게 됩니다. 하지만 기온이 떨어지고 건조해지기 시작하면 피부가 필요로 하는 것도 달라집니다.

TEXTURE COMPARISON



여름철 가벼운 보습 LIGHT TEXTURE

산뜻하고 가볍게 발리는 제형
수분 공급과 산뜻한 사용감을 원할 때
유분감이 부담스러울 때



겨울철 집중 보습 RICH TEXTURE

피부를 부드럽게 감싸는 보습감 있는 제형
피부 당김이나 건조함이 느껴질 때
보습을 충분히 유지하고 싶을 때

SEASONAL FOCUS



여름 – 산뜻한 수분 관리

수분은 채우고 과도한 유분은
가볍게 관리



가을 – 유수분 밸런스 케어

변화하는 계절에 맞춰 피부의
유수분 균형 유지



겨울 – 집중 보습과 피부 보호

수분을 지키고 피부를 편안하게
유지

그렇다고 계절이 바뀌었다고 모든 제품을 한꺼번에 바꿀 필요는 없습니다. 피부가 당기거나 건조해지는지, 평소보다 각질이 많아졌는지 등 내 피부의 변화를 기준으로 보습의 정도와 사용방법을 조절하는 것이 중요합니다.

겨울철 보습, 많이 바르는 것이 답일까요?

건조한 계절이 되면 평소보다 무거운 보습제를 찾게 됩니다. 하지만 보습은 단순히 제품을 많이 바르는 것으로 끝나지 않습니다.
피부에 수분을 공급하고, 수분이 쉽게 빠져나가지 않도록 유지하며, 피부 표면을 부드럽게 보호하는 과정이 함께 이루어져야 합니다.
따라서 피부가 필요로 하는 보습의 정도에 따라 제품의 제형과 사용량, 사용 시점도 달라질 수 있습니다.

가을에서 겨울로, 보습의 단계를 한 단계 높여보세요

피부 장벽 **강화**

피부 강력 보습
안티-링클 크림



네이젠 에볼루션 인텐스 케어

건조해지기 시작한 피부에 보습과 영양을 더하고, 피부 장벽 강화를 돕는 세라마이드 콤플렉스를 함유한 에멀전

네이젠 에볼루션 리치 케어

건조함이 더욱 신경 쓰이는 계절, 집중적인 보습과 피부 탄력 케어를 위한 24시간 보습 크림

두 제품 모두 네이젠 에볼루션 스킨 케어 라인에서 겨울철 피부 컨디션에 맞춘 보습 케어로 활용할 수 있습니다.
피부가 건조해지는 계절일수록 '무엇을 바르느냐'만큼 '어떻게 조절하느냐'가 중요합니다.



각질이 보인다고, 바로 제거해야 할까요?

날씨가 건조해지면 얼굴에 하얗게 일어나는 각질이 눈에 띄기 시작합니다. 이때 흔히 하는 선택이 바로 '각질 제거'입니다. 하지만 눈에 보이는 각질을 무조건 없애는 것이 정답은 아닙니다. 건조함으로 인해 일시적으로 들뜬 각질이라면 반복적인 각질 제거보다 먼저 피부에 수분과 보습을 충분히 공급하는 것이 필요할 수 있습니다. 건조함이 원인이라면 각질 제거보다 보습이 먼저일 수 있습니다.

올바른 각질 관리

증상 (SYMPTOM)



얼굴에 하얗게 들뜬 각질이 보인다고 느껴질 때

진단 (DIAGNOSIS)



원인이 건조함인가?
Yes



제거 금지

즉각적인 물리적 각질 제거

- 피부 장벽 손상 위험
- 건조함 악화 및 염증 유발



보습 공급

피부에 수분과 보습 충분히 공급

- 수분 잠금 및 장벽 강화
- 들뜬 각질 진정 및 개선

겨울 피부는 실내에서도 건조해집니다

겨울철 피부를 생각하면 차가운 바람부터 떠올리기 쉽습니다. 하지만 겨울에는 실외 뿐 아니라 실내 환경도 함께 살펴봐야 합니다. 난방을 시작하면 실내 공기가 건조해질 수 있고, 차갑고 건조한 외부와 따뜻하고 건조한 실내를 오가면서 피부가 반복적으로 환경 변화를 경험하게 됩니다. 피부가 하루 종일 편안할 수 있도록 생활 환경까지 함께 관리하는 것이 겨울 피부 관리의 한 부분입니다. 실내가 지나치게 건조하지 않은지 살피고, 뜨거운 물로 오래 샤워하는 습관도 줄여보세요.



매서운 바람,
피부 수분 손실



실내 난방,
피부 수분 증발

겨울을 앞두고, 지금 바꿔야 할 피부 습관

모든 것을 바꿀 필요는 없습니다. 피부가 보내는 신호를 기준으로 몇 가지 습관부터 점검해보세요.
계절에 맞춰 제품을 바꾸는 것보다 내 피부의 변화에 맞춰 관리 방법을 바꾸는 것이 먼저입니다.



피부는 계절의 변화를 가장 먼저 느끼는 곳 중 하나입니다.
이미 건조해진 뒤에 관리하기보다, 당김이나 거칠음, 각질처럼 평소와 달라진 작은 신호를 알아차리는 것.

그리고 그 변화에 맞춰 세안과 보습, 생활 환경을 조금씩 조절하는 것. 좋은 피부 관리는 계절이 바뀐 뒤가 아니라 피부가 변하기 시작하는 순간부터 시작됩니다. 가을의 끝자락. 올겨울 피부를 위한 준비도 지금부터 천천히 시작해보세요.

10년 후에도 꼭 하고 싶은 일은?
댓글 이벤트 후기

건강한 오늘이 있어야 10년 후의 일상도 기대할 수 있겠죠?
지난 10월 20일(화)부터 26일(월)까지, 유니시티코리아 공식 인스타그램에서 '10년 후에도 꼭 하고 싶은 일은?'
댓글 이벤트가 진행되었습니다. 많은 회원 여러분께서 댓글을 통해 여행, 운동, 가족과의 시간 등
미래에도 건강하게 이어가고 싶은 소망을 나눠주셨는데요. 댓글 속에는 소중한 일상을 오래도록 즐기고 싶은
마음과 건강한 미래를 향한 바람이 가득 담겨있었습니다. 지금의 건강을 지키는 노력이 미래의 나를 위한
준비가 될 수 있다는 것! 회원 여러분이 꿈꾸는 10년 후의 모습이 담긴 댓글들을 하나씩 살펴볼까요?



@ 2***yunvely 10년 뒤에도 건강하고 아름다운 에너지로 나를 성장시키고 나만의 가치를 만들어가며 사랑하는 신랑, 아이들과 세계 여행지도를 완성시키고 싶습니다💜

@ w***ness_lucy 10년후에도 저는 파트너사장님들과 함께 건강을 이야기 하고, 함께 운동하고, 여행하는 리더이고 싶습니다. 나이 들어도 하고 싶은 일을 체력때문에 포기하지 않는 것, 제가 꿈꾸는 미래입니다❤️ 스트롱홀드의 출시가 반가운 건, 멤버들과 함께 근육 건강을 챙길 새로운 루틴이 기대되기 때문입니다. 10년뒤 "우리 그때 함께 시작하길 참 잘했다" 웃으며 말할 수 있도록, 지금부터 함께하겠습니다💪🏻

@ u***ity_bnb 10년 후에도 남편, 부모님과 함께 유니시티로 리더십 트립을 가고 싶습니다. 10년 후에는 부모님이 두 다리로 더 건강하게 걸어서, 여행을 숨 쉬는 것처럼 쉽고 재미있게 즐기셨으면 좋겠습니다. 대화의 주제가 건강과 행복이 되기를 간절히 바랍니다.

@ u***sia 10년 후에도 내가 하려는 일에 체력이 발목 잡는 요소가 되지 않는 사람이 되고 싶어요. 사랑하는 사람들과 즐거운 시간을 보내는 그 어떤 곳에서도 지치지 않는 사람이 되고 싶어요. 스트롱홀드와 함께라면 분명히 이뤄지리라는 걸 믿습니다.

@ u***ity_kymr 10년후에도 '캠핑' 열심히 다니기 입니다! 지금은 아이와 함께 미즈캠이지만 그때는 솔캠으로 백패킹도 해보고 전국을 도전해볼려고요!! 10년후에도 캠핑갈려면 열심히 유니시티 제품 먹기ing~~❤️

@ u***ity_migam 10년 후에 마라톤 하프 코스 입상하고 싶고 사랑하는 사람들과 여행하며, 강단에서 건강과 꿈을 이야기하고 싶어요. 유니시티로 만난 파트너들과 함께 성장하고, 누군가의 새로운 시작에 용기를 주는 사람으로 살고 싶습니다. 나이보다 꿈이 더 큰 사람으로! 그때도 하고 싶은 일을 즐겁게 할 수 있도록 오늘도 꾸준히 저를 가꿉니다. 스트롱홀드 가슴 벅차고 기대됩니다

@ u***ityhyojin 10년후에도 지금 보다 더 건강하게 친구들과 여행을 다니고 싶어요 진정으로 행복하고 감사한 여행은 유니시티의 여행이였습니다! 스트롱홀드로 근육을 잘 지키고 10년후 유니시티 여행에서 저와 모든 사장님들 뛰어다니면 좋겠습니다~

@ h***_hoho_1ife 10년 후에도 건강하게 좋아하는 일을 즐기고, 소중한 사람들과 함께 웃으며 살아가고 싶어요. 😊 새로운 것을 배우고 도전하며 나답게 성장하는 과정 속에 유니시티도 좋은 인연들과 함께 오래도록 이어가는 소중한 여정이 되길 바랍니다. 💕

@ u***lcare 10년후에도 여전히 달릴 수 있는 10Km 마라톤, 정신적으로 힐링 할 수 있는 자유여행, 유니시티의 가치를 전달하는 전달자, 10년후에도 그대로 쭉~~~ 스트롱홀드가 지켜줄 거라고 생각합니다!

@ w***h.s_o 10년 뒤 아이들에게 든든한 멘토이자 스포츠 파트너가 되고 싶어요! 꾸준한 경제적 관리와 건강관리를 통해 다양한 경험을 바탕으로 아이들에게 삶의 지혜는 물론이고 테니스를 함께 즐기며 건강한 삶의 태도를 몸소 보여주는 선한 영향력의 중심이고 싶습니다❤️

@ _***isoon 10년 후~ 남편은 65세, 저 63세, 아들들은 36세, 34세... 여전히 현장에서 쌩쌩하게 일상을 보내고 있기를! 유니시티 제품으로 케어되고 있는 일상은 말그대로 "평범함"일 겁니다. 평범한 일상을 아낌없이 누리며 매일이 즐겁게~ 건강이 최고니까요^^ 감사해요~ 유니시티! 기대되요~ 스트롱홀드!

@ s***am_2023 10년후 나의 모습~ 인생의 절반은 건강한 삶의 무지였다면~ 이제 후반전 나의 건강한 삶 최고의 선택 유니시티를 통해 건강한 삶으로 나의 아이들이 건강하고 엄마가 건강해져서 보다 나은 삶의 주인공으로 스트롱홀드 최고의 근육을 가진 나로 파트너와 함께 더 멋지게 성공한 나로 시간적 경제적 자유 속에 여행하며 자녀들과 함께 매일을 감사하며 부자 시니어, 멋진 시니어로 성장한 나를 칭찬하며 스트롱홀드 아자아자 파이팅!!! 😍😍😍

다시 한 번, 이벤트에 참여해주신 모든 회원분들께 진심으로 감사드립니다. 10년 후에도 꼭 하고 싶은 일에 대한 다양한 소망을 나눠주신 덕분에 건강한 미래의 의미를 함께 생각해 볼 수 있는 시간이었습니다. 앞으로도 지금의 건강한 일상을 오래도록 이어갈 수 있도록, 오늘부터 근육 건강을 지키는 노력에 관심을 가져보는 건 어떨까요?



유니드림, 2026년 10월
동명아동복지센터 봉사활동 이야기

유니시티코리아는 임직원들로 구성된 “유니드림(UNIDREAM)” 자원봉사단을 구성하여, 소풍, 공연 및 체험 활동 등 아이들의 정서 및 사회성 발달에 도움이 되는 다양한 프로그램으로 매달 봉사활동을 진행하고 있습니다. 또한, 후원금과 유니시티 제품을 정기적으로 기부하고 있으며, 임직원들도 자발적으로 급여의 일정 금액을 후원하는 등 더 많은 아이들에게 꿈과 희망을 전하기 위해 노력하고 있습니다.





※ 아이들의 초상권 보호를 위해 일부 사진에 블러효과가 적용 되어 있습니다.

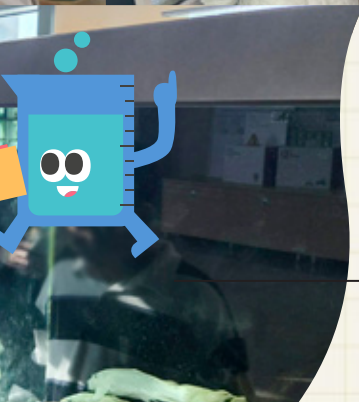












호기심과 상상력을 키우는 과학 체험의 세계, 서울시교육청 융합과학교육원

지난 10월 16일(금), 동명아동복지센터 아이들과 함께 서울 관악구에 위치한 '서울시교육청 융합과학교육원'을 방문했습니다. 서울시교육청 융합과학교육원은 다양한 과학 체험과 탐구 활동을 통해 과학에 대한 흥미를 높이고, 창의적인 사고를 키울 수 있도록 돕는 교육 공간인데요. 아이들은 평소 일상에서 쉽게 접하기 어려운 과학의 세계를 만나며 새로운 것을 발견하는 즐거움을 경험하는 시간을 가졌습니다.

보고, 배우고, 궁금증을 풀어가는 과학 탐험!

과학은 책으로 배우는 지식을 넘어 직접 관찰하고 경험할 때 더욱 흥미롭게 다가온다는 걸 느끼는 하루 였는데요. 이번 프로그램은 임직원들도 아이들도 익숙한 일상에서 한 걸음 벗어나 주변의 다양한 현상에 관심을 갖고, 새로운 지식을 알아가는 기회가 되었습니다.

여러가지 체험을 통해 무엇이 어떻게 움직이는지, 어떤 원리로 작동하는지 궁금해하며, 과학의 세계를 탐색하는 과정에서 아이들의 호기심과 상상력을 자극하기도 했습니다. 특히, 직접 보고 만지며 배움의 즐거움을 느끼고 새로운 것을 발견하는 과정에서 과학을 더욱 친근하게 만날 수 있었던 하루였습니다.

아이들에게 새로운 경험이 더욱 뜻깊은 추억으로 남을 수 있었던 것은 유니드림 임직원들이 함께했기 때문입니다. 아이들과 눈높이를 맞추고 이야기를 나누며 시간을 보내는 동안, 체험 활동은 단순한 배움을 넘어서 서로 마음을 나누는 소중한 시간이 되었습니다. 유니드림 자원봉사단은 앞으로도 매월 아이들과 즐거운 시간을 보낼 수 있도록 다채로운 프로그램을 준비하겠습니다.

NOTICE

온라인 유통 제품 구매 시 유의사항

제품 구매 전, 유통 경로를 확인해 주세요

건강을 위해 섭취하는 제품인 만큼, **구매처와 유통 경로 확인**이 중요합니다.

최근 온라인 오픈마켓 등 다양한 온라인 유통 경로를 통해 제품이 판매되면서, 일부 제품의 정품 여부와 유통과정을 확인하기 어려운 사례가 업계에서 지속적으로 확인되고 있습니다.
관련 보도에 따르면, 일부 온라인 유통 제품에서 바코드 · LOT번호 훼손 및 포장 · 배송 상태의 문제 등이 확인된 사례가 있습니다. 특히 판매경로가 불분명한 제품은 유통과정을 확인하기 어려워 제품 관리 상태를 파악하는 데 한계가 있다는 지적도 나오고 있습니다.
이에 따라 업계에서도 소비자 피해 예방을 위해 제품 구매 시 판매처와 유통 경로를 확인하고, 회사 또는 판매원 등 확인 가능한 판매경로를 이용할 것을 권고하고 있습니다.
당사 역시 온라인 유통 경로를 통해 외관 및 품질상 차이가 있는 제품이 유통되는 사례를 확인하여 이를 공지문을 통해 안내한 바 있습니다. 따라서 유통 경로가 불분명한 제품은 보관 상태와 유통 이력을 확인하기 어려울 수 있으므로, 제품 구매 전 판매자와 구매 경로를 한 번 더 확인해 주시기 바랍니다.

온라인유통에서 확인된 주요 이슈

01



정품 여부 및 유통과정 확인의 어려움

바코드·LOT번호 훼손 및 포장 상태 이상 사례



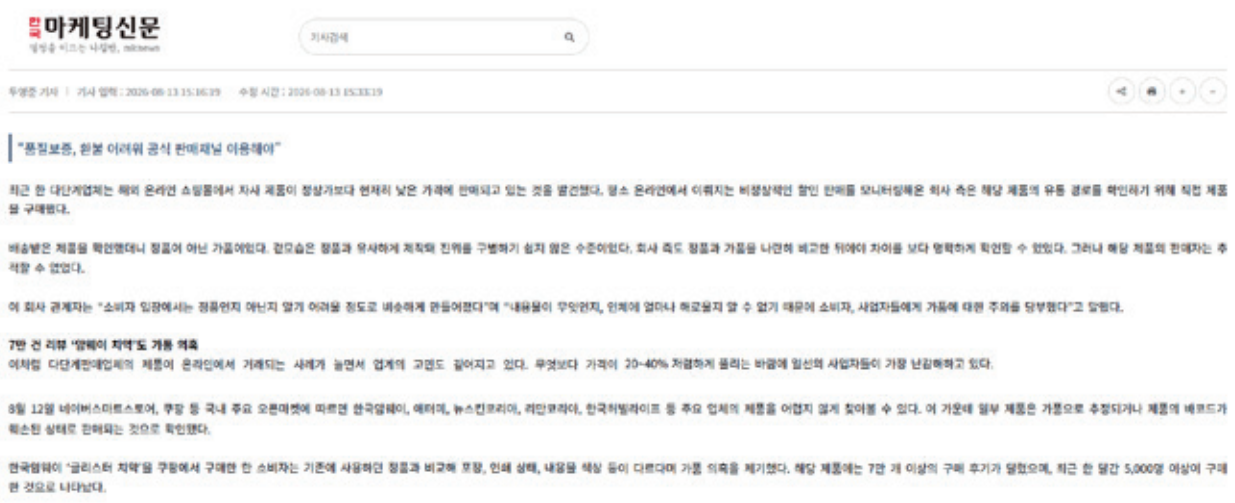
02

03



판매자·유통 경로 확인이 어려운 경우 소비자 대응의 한계

한국마케팅신문 보도내용 참고 | 2026. 8. 13.



한국마케팅신문

"품질보증, 원본 이러워 공식 판매채널 이용해야"

최근 한 다단계업체는 해외 온라인 쇼핑몰에서 자사 제품이 정상가보다 현저히 낮은 가격에 판매되고 있는 것을 발견했다. 당소 온라인에서 이뤄지는 비정상적인 할인 판매를 모니터링해온 회사 측은 해당 제품의 유통 경로를 확인하기 위해 직접 제품을 구매했다.

배송받은 제품을 확인했더니 정품이 아닌 가품이었다. 겉모습은 정품과 유사하게 제작돼 진위를 구별하기 쉽지 않은 수준이었다. 회사 측도 정품과 가품을 나란히 비교한 뒤에야 차이를 낼다 명확하게 확인할 수 있었다. 그러나 해당 제품의 판매자는 추적할 수 없었다.

이 회사 관계자는 "소비자 입장에서는 정품인지 아닌지 알기 어려울 정도로 배송해게 판들어졌다"며 "내용물이 무엇인지, 인체에 없다나 해로울지 알 수 없기 때문에 소비자, 사업자들에게 가품에 대한 주의를 당부했다"고 말했다.

7만 건 리뷰 '알짜이 차액'도 가품 의혹

이처럼 다단계판매업체의 제품이 온라인에서 거래되는 사례가 늘면서 업계의 고민도 깊어지고 있다. 무엇보다 가격이 20~40% 저렴하게 풀리는 바람에 일선의 사업자들이 가장 난감해하고 있다.

8월 12일 네이버스미트스토어, 쿠팡 등 국내 주요 오픈마켓에 따르면 한국암웨이, 에터데, 뉴스킨코리아, 리만코라아, 한국허벌라이프 등 주요 업체의 제품을 어렵지 않게 찾아볼 수 있다. 이 가운데 일부 제품은 가품으로 추정되거나 제품에 배코드가 훼손된 상태로 판매되는 것으로 확인됐다.

한국암웨이 '글리스터 치약'을 구매한 한 소비자는 기존에 사용하던 정품과 비교해 포장, 인쇄 상태, 내용물 색상 등이 다르다며 가품 의혹을 제기했다. 해당 제품에는 7만 개 이상의 구매 후기가 달렸으며, 최근 한 달간 5,000명 이상이 구매한 것으로 나타났다.

기사원문 (https://www.mknews.kr/?mid=view&no=44693&keyword1) **자료 출처** 26.08.13 한국마케팅신문 「오픈마켓 파고든 '불량품'…업계 골머리」

구매 전 안내

유니시티 제품은 공식 홈페이지 또는 당사 회원을 통한 구매를 권장드립니다.



중요! 당사가 확인할 수 없는 유통 경로를 통한 구매

당사가 확인할 수 없는 유통 경로를 통해 구매한 제품의 경우, 제품의 출처, 구매·유통 경로 및 보관 상태 등을 확인하는 데 한계가 있을 수 있습니다. 또한 제품 관련 문의나 교환·반품 등 사후 지원이 필요한 경우에도 당사가 직접 도움을 드리는 데 제한이 있을 수 있습니다. 따라서 유니시티 제품은 당사 공식 홈페이지에서 회원가입 후 구매하시거나, 당사 회원을 통한 구매를 권장 드립니다.



왜 공식 구매 경로를 권장할까요?

당사가 확인 가능한 구매 경로를 이용하면 제품의 구매·유통 경로 확인과 제품 관련 안내 및 사후 지원이 보다 원활할 수 있습니다.



유니시티 제품은 공식 구매 경로를 이용해 주세요

당사 공식 홈페이지에서 회원가입 후 구매하시거나, 당사 회원을 통한 구매를 권장 드립니다.
공식 홈페이지 https://ushop-kr.unicity.com/menu

유니시티코리아는 회원과 소비자 보호를 위해
건전하고 신뢰할 수 있는 유통 환경 조성을 위해 노력하겠습니다.

01

온라인 매체를 통한 제품구매 시

소비자 피해 주의사항



온라인 매체를 통한 구매

- 허위·과대 광고
- 포장 훼손
- 정품 확인 불가

온라인 매체를 통해 유니시티 제품 구매 시, 포장이 훼손되거나 유통기한이 경과한 제품을 공급받는 등 불이익이 발생할 수 있습니다. 피해가 발생하지 않도록 소비자 여러분의 주의 바랍니다. 유니시티코리아(유)는 건전하고 올바른 직접판매방식을 구축하고 무분별하게 판매되는 당사제품의 구입에 따른 소비자피해를 최소화 하기 위해 노력하고 있습니다.

당사의 공식 사이트(인터넷, 모바일 사이트 https://member-kr.unicity.com)이외의 온라인 매체를 통해 구입하신 제품에 대해서는 교환, 환불 등이 제한되므로, 구매를 자제해 주시기 바랍니다.

또한 허위 · 과대 광고를 통한 잘못된 제품정보 혹은 유통기한이 경과한 제품 섭취 및 상품이 훼손된 제품으로 인해 소비자 피해가 발생하더라도 회사가 도움을 드리기 어려우므로 유니시티코리아의 제품은 반드시 당사의 디스트리뷰터를 통해 구입하거나 당사 공식 사이트에서 회원 가입 후 구매하여 주실 것을 간곡히 부탁 드리는 바입니다. 감사합니다.

온라인(On-Line) 매체를 통해
당사제품 구매 시
어떠한 소비자 피해
발생 가능성이 있나요?

1. 허위 · 과대광고를 통한 잘못된 제품 정보 전달
2. 교환 / 반품 거부 또는 판매자와 연락 불가
3. 유통 기한 경과 제품 판매
4. 정품여부 확인이 불가능한 제품 판매



02

허위 · 과대 · 과장 광고
금지 안내

유니시티코리아의 건강기능식품을 판매하기 위해서는 건강기능식품에 관한 법률에 따라 건강기능식품 일반판매업 교육을 이수한 후 소재지 관할 시·군·구청장에게 건강기능식품판매업 신고를 하여야 합니다. 또한 건강기능식품뿐만 아니라 화장품 및 모든 제품을 표시·광고함에 있어 허위·과장을 해서는 안됩니다.

올바르고 건전한 사업활동이 이루어질 수 있도록 회원 여러분의 양지 및 주의 부탁 드립니다. 허위·과대 광고는 제조회사와 관계없이 과대광고 행위자(판매자)에 대해 처벌이 취해집니다. 관련법률을 준수하시어 바르게 사업 진행을 해주시기 바랍니다.

유니시티코리아의 방침에서도 허위·과대 광고를 엄격하게 금지하고 있으며, 위반 시에는 방침과 절차에 따라 회원쉽에 대한 조치(경고, 유예, 해지·박탈)를 받게 됩니다. 유니시티코리아는 올바르고 건전한 사업활동이 이루어질 수 있도록 항상 노력하며, 불법 행위를 지양합니다. 회원 여러분의 적극적인 협조 부탁 드립니다.

Q 무엇이 허위·과장의 표시·광고에 해당하나요?

A 식품등 표시광고에 관한 법률 제8조에 따르면, 건강기능식품의 명칭, 원재료, 제조방법, 영양소, 성분, 사용방법, 품질 및 건강기능식품이력추적관리 등에 관하여 다음에 해당하는 허위 · 과대 · 비방의 표시 · 광고를 해서는 안된다고 명시되어 있습니다. 이를 위반한 경우 허위 · 과대의 표시 · 광고에 해당됩니다. 그리고, 관련 법률을 위반하고 **허위 · 과대 · 비방의 표시 · 광고를 한 경우에는 5년 이하의 징역 또는 5천만 원 이하의 벌금**을 받을 수 있으며, 징역과 벌금이 함께 병과(倂科)될 수 있습니다. 특히, **질병의 예방 및 치료에 효능 · 효과가 있거나 의약품으로 오인(誤認) · 혼동할 우려가 있는 내용의 표시 · 광고 또는 건강기능식품이 아닌 것을 건강기능식품으로 인식할 우려가 있는 표시 또는 광고**를 한 경우에는 **10년 이하의 징역 또는 1억 원 이하의 벌금**을 받을 수 있고, 이 역시 징역과 벌금이 함께 병과(倂科)될 수 있습니다.

사례 1

질병의 예방 및 치료에 효능·효과가 있거나 의약품으로 오인(誤認)·혼동할 우려가 있는 내용의 표시·광고



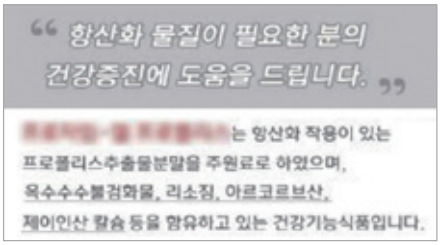


사례 2

사실과 다르거나 과장된 표시·광고

▸ 제품 성분의 허위 표기





사례 3

소비자를 기만하거나 오인·혼동시킬 우려가 있는 표시·광고



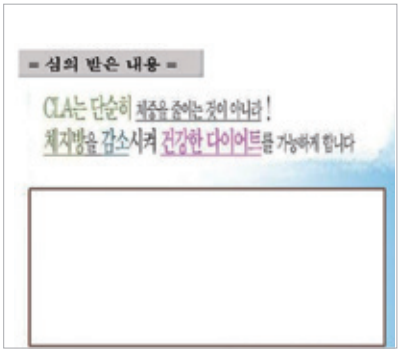
각종 감사장 또는 체험기 등을 이용하거나, 주문쇄도, 단체 추천 또는 이와 유사한 내용을 표현하는 광고



의사, 치과의사, 한의사, 수의사, 약사, 한약사, 대학교수 또는 그 밖의 자가 제품의 기능성을 보증하거나, 제품을 지정, 공인, 추천, 지도 또는 사용하고 있다는 내용 등의 표시 광고

사례 4

심의를 받지 아니하거나 심의 받은 내용과 다른 내용의 표시·광고





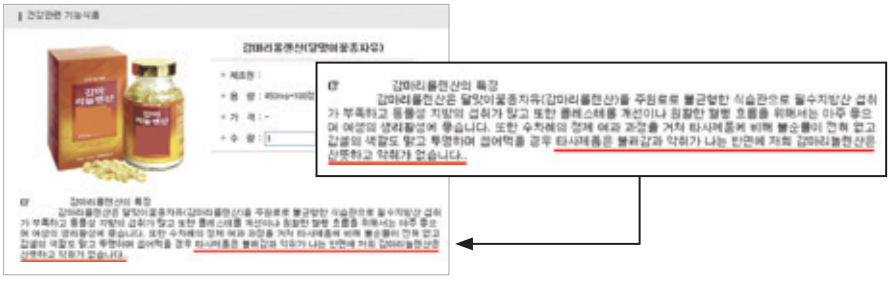
사례 5

의약품의 용도로만 사용되는 명칭(한약의 처방명 포함)의 표시·광고



사례 6

다른 업체 또는 그 업체의 제품을 비방하는 표시·광고



유니시티 국가별 지사 및 사업 안내

글로벌 비즈니스의 기회가 열려 있습니다. 바이오스 라이프 프랜차이즈는 단지 일정지역에 국한된 기존의 프랜차이즈 비즈니스와는 차원이 다른,
지역과 국가에 관계없이 자신의 역량과 능력을 펼칠 수 있는 무한 성장이 가능한 글로벌 비즈니스입니다.

미주 Americas

- 도미니카 공화국 https://www.unicity.com/dom/
- 멕시코 https://www.unicity.com/mex/
- 미국 https://www.unicity.com/usa/
- 캐나다 https://www.unicity.com/can/
- 콜롬비아 https://www.unicity.com/col/
- 푸에르토리코 https://www.unicity.com/pri/

유럽 Europe

- 그리스 https://www.unicity.com/grc/
- 네덜란드 https://www.unicity.com/nld/
- 노르웨이 https://www.unicity.com/nor/
- 덴마크 https://www.unicity.com/dnk/
- 독일 https://www.unicity.com/deu/
- 라트비아 https://www.unicity.com/lva/
- 루마니아 https://www.unicity.com/rou/
- 리투아니아 https://www.unicity.com/ltu/
- 몰타 https://www.unicity.com/mlt/
- 벨기에 https://www.unicity.com/bel/
- 불가리아 https://www.unicity.com/bgr/
- 사이프러스 https://www.unicity.com/cyp/
- 스웨덴 https://www.unicity.com/swe/
- 스위스 https://www.unicity.com/che/
- 스페인 https://www.unicity.com/esp/
- 슬로바키아 https://www.unicity.com/svk/
- 슬로베니아 https://www.unicity.com/svn/
- 아이슬란드 https://www.unicity.com/isl/
- 아일랜드 https://www.unicity.com/irl/
- 에스토니아 https://www.unicity.com/est/
- 영국 https://www.unicity.com/gbr/
- 오스트리아 https://www.unicity.com/aut/
- 이탈리아 https://www.unicity.com/ita/
- 체코 https://www.unicity.com/cze/
- 크로아티아 https://www.unicity.com/hrv/
- 터키 https://www.unicity.com/tur/
- 포르투갈 https://www.unicity.com/prt/
- 폴란드 https://www.unicity.com/pol/
- 프랑스 https://www.unicity.com/fra/
- 핀란드 https://www.unicity.com/fin/
- 헝가리 https://www.unicity.com/hun/

아시아 퍼시픽 Asia Pacific

- 뉴질랜드 https://www.unicity.com/nzl/
- 대만 https://www.unicity.com/twn/
- 대한민국 https://www.unicity.com/kor/
- 라오스 https://www.unicity.com/lao/
- 말레이시아 https://www.unicity.com/mys/
- 몽골 https://www.unicity.com/mng/
- 베트남 https://www.unicity.com/vnm/
- 브루나이 https://www.unicity.com/brn/
- 싱가폴 https://www.unicity.com/sgp/
- 인도 https://www.unicity.com/ind/
- 일본 https://www.unicity.com/jpn/
- 캄보디아 https://www.unicity.com/khm/
- 태국 https://www.unicity.com/tha/
- 필리핀 https://www.unicity.com/phl/
- 호주 https://www.unicity.com/aus/
- 홍콩 https://www.unicity.com/hkg/

중동&아프리카 Middle East & Africa

- 레바논 https://www.unicity.com/lbn/
- 모로코 https://www.unicity.com/mar/
- 아랍에미리트 https://www.unicity.com/uae/
- 알제리 https://www.unicity.com/dza/
- 오만 https://www.unicity.com/omn/
- 요르단 https://www.unicity.com/jor/
- 이집트 https://www.unicity.com/egy/
- 케냐 https://www.unicity.com/ken/
- 쿠웨이트 https://www.unicity.com/kwt/

하루 3번, 내 치아를 위한 가장 **완벽한 솔루션**

자극은 덜고, 성분은 더 생각한 치약, 4가지 핵심 성분으로 완성한 토탈 구강 케어

- 3종 허브 틴크 잇몸 케어
- 구취 케어 & 상쾌한 민트
- 충치 예방 · 치석 케어
- 비타민E 함유 잇몸 케어
- 구강 밸런스 데일리 케어



치석 형성 억제부터 잇몸 케어까지, 하루를 바꾸는 구강 밸런스

DENTI HERB PLUS TOOTHPASTE

UNICITY


UNICITY | GLIC 2027
IT'S ABOUT U
22-23 JAN, 2027
@ BANGKOK, THAILAND
2027 GLOBAL LEADERSHIP &
INNOVATION CONFERENCE