

Produkt CREATIN CAPS - 250 Kps.



CREATIN CAPS erhöhen die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger, intensiver körperlicher Betätigung, wie es z. B. beim Krafttraining der Fall ist. Durch die Double Buffered Formula kommt es zudem zu einer deutlich gesteigerten Produktqualität und besonderen Produkteigenschaft. CREATIN CAPS können durch die Kapseldarreichungsform auch unterwegs optimal eingenommen werden und sollten vor allem in einer Dosierung von 3 g pro Tag, bestenfalls direkt nach dem Training in Kombination mit der PWN, eingesetzt werden.

Die Qualitätsmerkmale von CREATIN CAPS im Überblick

- [Double Buffered Formula für eine gesteigerte Produktqualität](#)
- [Erhöhung der Leistungsfähigkeit beim Schnellkrafttraining*](#)
- [Kapseldarreichungsform für eine bequeme Einnahme, auch unterwegs](#)
- [Keine Aufladephase notwendig](#)
- [Mesh-Faktor von > 140](#)
- [Frei von Aroma- und Süßstoffen](#)
- [Frei von künstlichen Vitaminzusätzen](#)
- [Hergestellt in Deutschland](#)

* im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung und Einnahme von 3 g pro Tag

Beschreibung:

Ernährungsphysiologischer Hintergrund von CREATIN CAPS

Creatin ist ein Energiezwischenpeicher und an der Resynthese von ATP (= Adenosin-Tri-Phosphat) beteiligt. Creatin ist eine körpereigene Substanz, die in der Leber aus den drei Aminosäuren Glycin, Arginin und Methionin gebildet wird. Letztere ist für den Körper essentiell und muss durch die tägliche Nahrung zugeführt werden. Neben der körpereigenen Produktion, bezieht der Körper einen Teil des Creatins auch aus der Nahrung. Um jedoch z. B. 5 g Creatin aufzunehmen, müsste man ca. 1,1 kg rotes Fleisch verzehren. Durch die Umwandlung von Creatin zu Creatinphosphat (CP) wird es im Muskel gespeichert. CP erhöht den Gehalt an Adenosintriphosphat (ATP). CREATIN CAPS erhöhen durch ihre positiven Eigenschaften die körperliche Leistungsfähigkeit bei Schnellkrafttraining im Rahmen

kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung. Wichtig hierbei ist die regelmäßige Zufuhr von 3 g pro Tag. Während der Creatineinnahme sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden. Eine Aufladephase ist bei CREATIN CAPS nicht notwendig.

Double Buffered Formula für eine erhöhte Aufnahme

CREATIN CAPS von FREY Nutrition® zeichnen sich durch deren Double Buffered Formula aus. Das in CREATIN CAPS enthaltene Creatin ist doppelt gepuffert und erzielt dadurch eine deutlich gesteigerte Produktqualität und eine optimale Aufnahmefähigkeit in die ATP-Speicher der Muskelzellen.

Pharmazeutisch reines Creatin von FREY Nutrition®

CREATIN CAPS liegen in 100 % pharmazeutisch reiner Form vor. Sie enthalten weder Aroma- noch Süßstoffe und sind gänzlich frei von synthetischen Vitaminzusätzen.

Nährwerte:

Produktanalyse:

Nährwertangaben	pro 100 g	pro Portion*
Energie	61 kcal	2 kcal
Fett	1,7 g	< 0,1 g
<i>davon gesättigte Fettsäuren</i>	0,3 g	< 0,1 g
Kohlenhydrate	0,0 g	0,0 g
<i>davon Zucker</i>	0,0 g	0,0 g
Eiweiß	11,1 g	0,4 g
Salz	0,0 g	0,0 g
Creatin Monohydrat	86,2 g	3,2 g

* eine Portion entspricht 4 Kapseln

Verzehrempfehlung:

An Trainingstagen direkt nach dem Training 4 Kapseln in Verbindung mit TRIPLE WHEY und MALTO 95 einnehmen. An trainingsfreien Tagen 4 Kapseln mit einer kohlenhydratreichen Mahlzeit einnehmen.

Nach einer 8-12-wöchigen Kur empfiehlt sich eine 4-6-wöchige Einnahmepause. Eine Aufladephase ist nicht notwendig.

Zutaten:

Creatin Monohydrat (doppelt gepuffert), Rindergelatine (Kapsel), Trennmittel (Magnesiumsalze von Speisefettsäuren, Siliciumdioxid), Farbstoffe (E 171, E 172, E 122).

Inhalt:

250 Kapseln à 940 mg (= 62 Portionen | reicht für ca. 9 Wochen)

EAN/GTIN-Nummer: 4260206490241

Pharmazentralnummer (PZN): 10732537

