

Produkt CREATIN X6 - 250 Kps.



CREATIN X6 ist ein außerordentliches Creatinprodukt mit 6 optimal aufeinander abgestimmten Creatin-Ester. CREATIN X6 erhöht die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung, wie es z. B. beim Krafttraining der Fall ist. Durch seine einzigartige 6-Creatin-Ester-Matrix speichert CREATIN X6 kein Wasser unter der Haut und ist aufgrund dessen das Creatinprodukt erster Wahl, wenn es um die Diätphase geht. CREATIN X6 kann durch die Erhöhung der Leistungsfähigkeit Muskelmasse schonen, was es in dieser Zeit besonders wertvoll macht. Die optimale Einnahme ist vor und nach dem Training mit einer Tagesmenge von mindestens 3 g.

Die Qualitätsmerkmale von CREATIN X6 im Überblick

- [6 unterschiedliche Creatin-Ester für eine maximale Produktqualität](#)
- Erhöhung der Leistungsfähigkeit beim Schnellkrafttraining*
- Produkt der [Kölner Liste](#)
- Keine Wasserspeicherung unter der Haut
- Keine Aufladephase notwendig
- Praktische Darreichungsform in Kapseln für unterwegs
- [Frei von Aroma- und Süßungsmitteln](#)
- [Frei von künstlichen Vitaminzusätzen](#)
- [Hergestellt in Deutschland](#)

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

Beschreibung:

6-Creatin-Ester-Matrix für eine maximale Produktqualität

CREATIN X6 ist die derzeit effektivste Creatin-Formel. Diese besteht aus folgenden Creatin-Ester, die in einem optimalen Wirkstoff-Verhältnis vorliegen und miteinander kombiniert wurden:

- Creatin-Ethyl-Ester-Malat
- Creatin-Alpha-Ketoglutarat
- Creapure®

- Creatin-Ester-Natrium-Phosphat
- Creatin-Monohydrat
- Tri-Creatin-Citrat

Die 6 Creatin-Ester wurden sorgfältig ausgewählt und sinnvoll miteinander verknüpft. Somit wurde ein unvergleichliches Supplement mit außergewöhnlicher Produktqualität entwickelt, welches von erfahrenen Sportlern sowohl in Aufbau- als auch in Diätphasen vielfach erfolgreich eingesetzt wird. Besonders beliebt ist CREATIN X6 während der Wettkampfvorbereitung, in der es bekanntlich um ein Maximum an Muskelmasse-Erhalt und einer erhöhten Leistungsfähigkeit geht.

Ernährungsphysiologischer Hintergrund von CREATIN X6

Creatin ist ein Energiezwischenspeicher und an der Resynthese von ATP (= Adenosin-Tri-Phosphat) beteiligt. Creatin ist eine körpereigene Substanz, die in der Leber aus drei Aminosäuren gebildet wird: Glycin, Arginin und Methionin. 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 X6 erhöht durch seine 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 X6 nicht notwendig.

Plus Creapure® mit weltweit höchster Reinheit

CREATIN X6 enthält zusätzlich noch das weltweit reinste Creatin mit über 99,9 % Wirkstoffgehalt. Der Rohstoff wird in Deutschland hergestellt, liefert eine pharmazeutisch reine Qualitäts-Stufe und unterscheidet sich deutlich von herkömmlichen Creatinprodukten.

Quellen / Studien:

Hultman E. et al.: "Muscle creatine loading in men." (1996). Greenhaff P.L.: "The nutritional biochemistry of creatine." (1997). Hemmer W. et al.: "Creatine kinase in non-muscle tissues and cells." (1994). Vandenberghe K. et al.: "Long-term creatine intake is beneficial [...] during resistance training." (1997). Tarnopolsky M. et al.: "Creatine monohydrate increases performance in patients [...]." (1999).

-

Nährwerte:

Produktanalyse:

Nährwertangaben	pro 100 g	pro Portion*
Energie	58 kcal	4 kcal
Fett	1,5 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	10,9 g	0,6 g
Salz	0,0 g	0,0 g
CREATIN X6	100,0 g	4,8 g

* eine Tagesportion entspricht 6 Kapseln

Creatin-Ester-Analyse:

Creatin-Ester	pro 6 Kapseln
Creatin-Ethyl-Ester-Malat	800 mg
Creatin-Alpha-Ketoglutarat	800 mg
Creapure®	800 mg
Creatin-Ester-Natrium-Phosphat	800 mg
Creatin-Monohydrat	800 mg
Tri-Creatin-Citrat	800 mg
CREATIN X6	4800 mg

Verzehrempfehlung:

3 Kapseln 30 Minuten vor dem Training und 3 Kapseln direkt danach mit reichlich Flüssigkeit einnehmen. Nach dem Training wirkt CREATIN X6 optimal in Verbindung mit TRIPLE WHEY und MALTO 95. An trainingsfreien Tagen 6 Kapseln zu einer Mahlzeit einnehmen.

Nach einer 8-12-wöchigen Kur empfiehlt sich eine 4-6-wöchige Einnahmepause. Eine Aufladephase ist nicht notwendig. Hinweis: Die Einnahme von 6 Kapseln pro Tag sollte nicht überschritten werden!

Zutaten:

Creatin-Ethyl-Ester-Malat, Creatin-Alpha-Ketoglutarat, Creapure®, Creatin-Ester-Natrium-Phosphat, Creatin-Monohydrat, Tri-Creatin-Citrat, Rindergelatine (Kapsel), Trennmittel (Magnesiumsalze von Speisefettsäuren, Siliciumdioxid), Farbstoffe (E 171, E 172).

Inhalt:

250 Kapseln à 1000 mg (= 42 Portionen | reicht für 6 Wochen)

EAN/GTIN-Nummer: 4260206490548
Pharmazentralnummer (PZN): 10732543

