

POWER & MUSCLE

CREATINE MONOHYDRAT

PREPARE BEFORE DURING AFTER

QUICK INFO

- X SANS LACTOSE
- X SANS GLUTEN
- X SANS ACIDE
- X SANS EDULCORANTS
- X SANS COLORANTS
- X SANS CONSERVATEURS
- X VEGAN

**DESCRIPTION PRODUIT**

La créatine augmente la performance physique dans le cadre d'efforts physiques rapides et intenses (par ex. le sprint, entraînements de force). Creatine Monohydrat contient du pure monohydrate de créatine en tant qu'unique ingrédient et a un goût totalement neutre.

La créatine est normalement absorbée par le corps grâce à la viande et le poisson et est stockée dans les fibres musculaires en tant que phosphate de créatine. Pour un stockage efficace et un effet correspondant, une prise de plusieurs semaines est nécessaire.

L'effet positif se montre dès un apport journalier de 3 g. Un apport accru de créatine augmente les réserves d'énergie dans les cellules musculaires, permet un entraînement plus intensif et aide ainsi à l'accroissement de la force et de la masse musculaire.

AVANTAGES

- **Creapure®**, créatine de qualité
- **Exempt de résidus et d'impuretés**
- **Prix avantageux**

UTILISATION

Dans les sports d'intervalles hautement intenses. 2 x cuillères par jour (3.3) g. À donner dans des shakes, boissons ou d'autres aliments. Prendre de préférence avec des glucides, réparties en 2 portions.

Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Les compléments alimentaires ne remplacent pas une alimentation équilibrée et variée et un mode de vie sain. Tenir hors de portée des jeunes enfants.

INGREDIENTS

Monohydrate de créatine

ARÔME/CONDITIONNEMENT

Neutre

Boîte de 500 g (151 port.)

POWER & MUSCLE

CREATINE MONOHYDRAT

PAGE 2

VALEURS NUTRITIVES

Per Tagesration/ration journalier/daily ration:	3.3 g
Kreatin/créatine/creatine	3.0 g

Monohydrate de créatine pour des dépenses musculaires intenses des sportifs adultes.

Produit en Allemagne

Sponser Sport Food SA
CH-8832 Wollerau
www.sponser.ch

Sponser Eurpe GmbH
D-88131 Lindau
www.sponser.de

20002/11