

POWER &amp; MUSCLE

# CREATINE MONOHYDRATE

PREPARE BEFORE DURING AFTER

**QUICK INFO**

- X LAKTOSEFREI
- X GLUTENFREI
- X SÄUREFREI
- X OHNE SÜSSSTOFFE
- X OHNE KÜNSTLICHE FARBSTOFFE
- X OHNE KONSERVIERUNGSMITTEL
- X VEGAN

**PRODUKTEBESCHRIEB**

Kreatin steigert die körperliche Leistung im Rahmen kurzzeitiger, intensiver körperlicher Belastung (z.B. Sprint, Hanteltraining). Creatine Monohydrat enthält als einzige Zutat reines Kreatin-Monohydrat und ist vollkommen geschmacksneutral.

Kreatin wird üblicherweise über Fleisch und Fisch vom Körper aufgenommen und in den Muskelfasern als Kreatin-Phosphat gespeichert. Für eine wirksame Einlagerung und entsprechende Wirkung ist eine mehrwöchige Einnahme notwendig.

Eine Supplementierung mit Kreatin steigert die Energiereserven in den Muskelzellen, erhöht die Kraftleistung und ermöglicht so ein intensiveres Training.

**VORTEILE**

- **Creapure® Qualitäts-Kreatin**
- **Frei von Rückständen und Verunreinigungen**
- **Preisgünstig**

**ANWENDUNG**

Im hochintensiven Intervallsport. Zur Beigabe in Getränke, Shakes oder sonstige Lebensmittel. Einnahme idealerweise zusammen mit Kohlehydraten, verteilt auf 2 Portionen. 2 x 1 Messlöffel (3.3 g)

Die empfohlene tägliche Verzehrmenge nicht überschreiten. Nicht geeignet für Kinder und Jugendliche im Wachstum. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

POWER &amp; MUSCLE

# CREATINE MONOHYDRATE

SEITE 2

**ZUTATEN**

Kreatinmonohydrat (CreaPure™-Qualität).

**AROMA**

Neutral

**GEBINDE**

Dose 500 g (151 Tagesrationen)

**NÄHRWERTE**

TYPISCHE NÄHRWERTE	3.3 G (= 1 TAGESRATION*)
Kreatin	3000 mg

Geschmacksneutrales Kreatinmonohydrat als Nahrungsergänzungsmittel für intensive Muskelanstrengungen erwachsener Sportler.

Hergestellt in Deutschland

Sponser Sport Food AG  
CH-8832 Wollerau  
[www.sponser.ch](http://www.sponser.ch)

Sponser Europe GmbH  
D-88131 Lindau  
[www.sponser.de](http://www.sponser.de)

20002/11