

Amino Leucine 200Gr

Codice: 490



€ 12,59 ~~€ 20,99~~ - 40%



Leucina aminoacidi

La leucina è un amminoacido essenziale, il che significa che non può essere sintetizzata dal corpo umano e deve essere ottenuta attraverso fonti alimentari. La leucina è un attore chiave nella sintesi proteica muscolare ed è considerata uno dei tre aminoacidi a catena ramificata (BCAA) insieme a isoleucina e valina. I BCAA sono particolarmente importanti per gli atleti e le persone attive, poiché è stato dimostrato che aiutano a preservare la massa muscolare e a ridurre la disgregazione muscolare durante l'esercizio. La leucina si trova in una varietà di alimenti, inclusi latticini, carne, pollame e pesce.
Uso raccomandato

1 porzione 30-45 minuti prima dell'attività sportiva o direttamente dopo l'attività sportiva