



**BCAA+ 2:1:1 200Cpr**

Codice: 3025

**€ 29,25** ~~€ 34,99~~ - 16%



Aminoacidi ramificati Ajinomoto 2:1:1 in compresse

#### DESCRIZIONE

Leucina, valina e isoleucina sono aminoacidi essenziali ramificati, noti anche come BCAA (dall'inglese branched-chain amino acids). I BCAA vengono immagazzinati direttamente nel tessuto muscolare, in questo modo vengono utilizzati subito senza essere metabolizzati a livello del fegato. Il muscolo può utilizzarli per aumentare la massa muscolare, per incrementare la forza o per ottenere rapidamente energia:

- la leucina è direttamente coinvolta nella sintesi delle proteine muscolari
- la valina è un aminoacido con funzione energetica e limita la disgregazione muscolare
- la isoleucina ha funzione energetica e di costruzione muscolare

Il rapporto 2:1:1 corrisponde al rapporto tra due parti di leucina, una di valina e una di isoleucina. Ciò corrisponde al rapporto consigliato dalla FAO (Food and Agriculture Organization of the United Nations) in quanto è lo stesso rapporto presente nella composizione delle nostre proteine muscolari.

I BCAA 2:1:1, se assunti prima dell'allenamento, riducono il senso di fatica a livello cerebrale, inoltre vengono ossidati nei muscoli e usati come fonte energetica alternativa durante di sforzo fisico.

L'assunzione orale di 7,5 g di BCAA, ripartita in due ore e mezza prima dell'allenamento, permette di raddoppiare velocemente il livello di BCAA nel sangue con un aumento costante nel tempo, ottenendo così un aumento del livello di BCAA nei muscoli.

I BCAA costituiscono la quota maggiore di aminoacidi nelle proteine muscolari (più del 25%), sono i primi aminoacidi che vengono catabolizzati in caso di esercizio fisico intenso e partecipano alla sintesi di altri aminoacidi nel muscolo, contribuendo a definire la struttura delle fibre muscolari. Inoltre, gli aminoacidi ramificati supportano la resistenza e ostacolano l'affaticamento.

Assumere 3 compresse prima dell'allenamento e 2 compresse subito dopo con un bicchiere d'acqua.

#### INGREDIENTI

L-leucina AjiPure®, L-isoleucina AjiPure®, L-valina AjiPure®, agente di carica: cellulosa microcristallina; agenti antiagglomeranti: biossido di silicio, sali di magnesio degli acidi grassi; cloridrato di piridossina (vitamina B6), tiamina cloridrato (vitamina B1).

#### Plus Power Supplements

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/bcaa-2-1-1-250cpr>

Valori medi

per dose giornaliera

(5 compresse)

%VNR\*

L-leucina AjiPure®

2500 mg

L-iso-leucina AjiPure®

1250 mg

L-valina AjiPure®

1250 mg

Tiamina

1,05 mg

95%

Vitamina B6

**Plus Power Supplements**

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/bcaa-2-1-1-250cpr>



1,5 mg

107%

**Caratteristiche**

Non contenenti  
Marca  
Formato

4+ Nutrition  
200Cpr

**Plus Power Supplements**

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/bcaa-2-1-1-250cpr>