



Creatina 200 Mesh 200Gr

Codice: 3880

€ 15,92 ~~€ 19,90~~ - 20%



Integratore di Creatina moidrato ad assimilazione veloce

100% creatina 200 Mesh

Senza eccipienti

Migliora le prestazioni fisiche in attività? ripetitive di elevata intensità? e di breve durata (3 g/giorno)

Creatina 200 Mesh

La creatina è un composto intermedio del metabolismo energetico intetizzato a partire da L-arginina, glicina e L-metionina. Viene prodotta dal fegato ed è utilizzata a livello muscolare per rigenerare ATP (adenosina trifosfato) durante i primi secondi della contrazione muscolare. La sua funzione è quindi quella di mantenere le riserve energetiche cellulari del muscolo scheletrico, dove viene immagazzinata sia in forma libera che in forma fosforilata. È ideale sia per il pre che per il post-workout, soprattutto nelle attività con metabolismo anaerobico alattacido come nei lavori di forza in palestra. La creatina incrementa le prestazioni fisiche in caso di attività ripetitive, di elevata intensità e di breve durata. L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera minima di 3 g di creatina.

Modalità d'uso: sciogliere un misurino di prodotto (3 g) una volta al giorno in almeno 100 ml di acqua, preferibilmente lontano dai pasti o 30 minuti prima di un allenamento intenso. Per gli sportivi l'apporto giornaliero può arrivare a 2 misurini al giorno (6 g) per non più di un mese consecutivo. Per la presenza di creatina il prodotto è destinato ai soli adulti. Non utilizzare in gravidanza.

Informazioni Nutrizionali

CREATINA 200 mesh 500g

Gusto:

Porzione:

Plus Power Supplements

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/creatina-200-mesh-200gr>



3 g

Per porzione
%VNR*

Creatina monoidrato 200 Mesh
3 g

*VNR: Valori Nutritivi di Riferimento

INGREDIENTI:

Creatina monoidrato micronizzata 200 Mesh. SENZA GLUTINE.

MODALITÀ D'USO:

Sciogliere un misurino di prodotto (3 g) una volta al giorno in almeno 100 ml di acqua, preferibilmente lontano dai pasti o 30 minuti prima di un allenamento intenso. Per gli sportivi l'apporto giornaliero può arrivare a 2 misurini al giorno (6 g) per non più di un mese consecutivo.

AVVERTENZE:

Per la presenza di creatina il prodotto è destinato ai soli adulti. Non utilizzare in gravidanza. Gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta variata, equilibrata e di uno stile di vita sano. Non superare la dose giornaliera raccomandata. Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei 3 anni di età.

NOTE AGGIUNTIVE:

Queste informazioni vengono presentate solo a scopo illustrativo. Le indicazioni e i valori sulla confezione del prodotto reale avranno sempre la precedenza su tutte le linee guida della scheda informativa.

Caratteristiche

Non contenenti
Marca

Why Sport

Plus Power Supplements

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/creatina-200-mesh-200gr>