



Creatine monohydrate 325 gr JARROW FORMULAS

CREATINE MONOHYDRATE

325g

Imbunatateste masa musculara si performanta fizica.

Avantaje

- contine monohidrat de creatina, 6g/masura
- creatina sub forma de monohidrat are cea mai mare biodisponibilitate
- contine Creapure®, ingredient patentat de ALZChem Trostberg GmbH, ce respecta regulile de GMP din Germania
- Creapure® contine 99,99% monohidrat creatina pura micronizata, ceea ce ii ofera o capacitate de absorbtie intestinala crescuta
- Creapure® Creatine Monohydrate este recunoscuta la nivel mondial ca fiind un brand de calitate (premium)
- puritatea produsului este asigurata prin analiza HPLC (Cromatografie lichida de inalta performanta)
- recomandat in dietele vegetariene/vegane

Contribuie la

Creatina este sintetizata in ficat, rinichi si pancreas din aminoacizii L-arginina, glicina si L-metionina. Cantitatile cele mai mari de creatina sunt stocate in muschii scheletici, musculatura cardiaca si in creier sub forma de fosfat de creatina (fosfocreatina). Principala sursa alimentara de creatina este carnea rosie; o masura de creatina monohidrat (6g) are efectul creatinei din peste 1 kg de carne rosie cruda.

-imbunatatirea performantelor fizice, reducerea oboselii musculare, a timpului de recuperare dupa eforturi fizice intense si a pierderii masei musculare in timpul imobilizarii:

» imbunatateste capacitatea de contractie a miofibrilelor din fibrele musculare si ajuta la refacerea rapida a rezervelor de energie celulara musculara: fosfocreatina participa la sinteza de adenozin trifosfat (ATP) - "molecula universala de energie"

» ajuta la cresterea masei musculare

» ajuta la reducerea acumularii musculare a acidului lactic si a amoniacului in timpul eforturilor fizice intense de scurta durata (neutralizeaza ionii de hidrogen)

» ajuta la imbunatatirea sintezei proteinelor musculare

-protectia cardiovasculara:

» ajuta la sinteza energiei necesare refacerii miocardului dupa leziuni cardiace

» ajuta la reducerea riscului de depunere la nivel vascular a LDL-colesterol

-reducerea tulburarilor neuro-musculare:

» ajuta la reducerea toxicitatii excesului de glutamat

- » ajuta la imbunatatire starii emotionale prin activarea mecanismelor serotoninerigice si dopaminergice
- » ajuta la eliberarea rapida si la mentinerea nivelului de ATP, redusa in cazul traumatismelor cerebrale

Compozitie (Per 1 masura (6g))

Creapure® monohidrat de creatina 6 g

Mod de administrare

Cate 1 masura (6g) in 600ml de apa sau suc de fructe sau conform recomandarii consultantului de specialitate.

Glucoza din anumite sucuri de fructe poate mari absorbtia creatinei monohidrat.

Contraindicatii

A se administra persoanelor cu afectiuni hepatice sau renale doar la recomandarea unui specialist.