

## Kreatin plus Tabletten

PZN 10012607

### Mit Magnesium als Beitrag zur Muskelfunktion

Inhalt: 75 Tabletten

### Informationen

Kreatin wird vom Körper zum Teil selbst gebildet und auch mit der Nahrung zugeführt. Die Skelettmuskulatur fungiert als Hauptspeicher für Kreatin.

Der Name ist von der griechischen Bezeichnung „kreas“ = „Fleisch“ abgeleitet, woraus sich auch gute Lebensmittelquellen für Kreatin ergeben – nämlich frisches Fleisch und frischer Fisch. In pflanzlicher Kost findet sich kein Kreatin.

In Kreatin plus Tabletten enthaltenes Magnesium kann die Aktivität der Muskeln für die körperliche Leistungsfähigkeit unterstützen. Denn es ist bekannt, dass Magnesium zur Muskelfunktion, zum Energiestoffwechsel und zum Elektrolytgleichgewicht beiträgt.

### Eine Tablette enthält

Kreatin 400 mg, Magnesium 150 mg.

### Zutaten

Magnesiumcarbonat; Kreatin-Monohydrat (33,7 %); Füllstoff: Cellulose; Reisstärke; Trennmittel: Siliciumdioxid; Füllstoff: vernetzte Natriumcarboxymethylcellulose; Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren und Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren; Farbstoff: Titandioxid; Überzugsmittel: Schellack, Talkum und Polysorbat 80; natives Olivenöl.

### Informationen über Nährstoffe und Stoffe mit ernährungsspezifischer Wirkung

Nährstoffe	pro Verzehrempfehlung (2 Tabletten/Tag)	% der Referenzmenge
Kreatin	800 mg	**
Magnesium	300 mg	80%

\* Referenzmenge gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011

\*\* keine Referenzmenge vorliegend

### Verzehrempfehlung

2x täglich 1 Tablette mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

### Besondere Hinweise

- Überschreiten Sie nicht die empfohlene Tagesdosis von 2 Tabletten.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Lagern Sie das Produkt außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern.

