



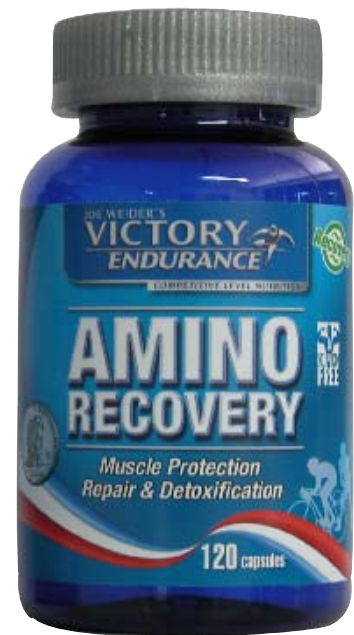
# AMINO RECOVERY

## Schutz / Erholung / Entgiftung

### DOPPELTER SCHUTZ UND ERHOLUNGSFAKTOR DURCH BCAA'S UND GLUTAMIN

### ENTGIFTUNG DURCH L-ARGININ

**AMINO RECOVERY** schützt die Muskulatur, verbessert und beschleunigt die körperliche Erholung und unterstützt die körperliche Entgiftung.



- **Branched Chain Amino Acids (BCAA's):** Leucin, Isoleucin und Valin sind essentielle Aminosäuren, die als Energiequellen oder als Recuperator (Erholungsfaktor) dienen. Eine Einnahme vor dem Training schützt vor Verlust der Muskelmasse während der sportlichen Belastung. Bei Ausdauerbelastungen können die BCAA's als Energiequelle genutzt werden. Dadurch wird die Glykogenreserve geschont und die Ermüdungserscheinungen herauszögert. Die Einnahme der BCAA's nach der Belastung verbessert die muskuläre Erholung. BCAA's sind generell zur Muskelerholung und zur körperlichen Erholung gut geeignet. Die Müdigkeit im Sport wird aufgrund eines Konzentrationsungleichgewichtes zwischen den BCAA's und Tryptophan hervorgerufen. Die Einnahme von BCAA's stellt das Gleichgewicht wieder her.

- **L-Arginin:** Aminosäure mit zahlreichen Funktionen. Arginin ist u.a. am Harnstoffzyklus beteiligt. Harnstoff ist ein Endprodukt des Stoffwechsels von Stickstoffverbindungen und wird mit dem Urin ausgeschieden. Arginin hilft bei der Entgiftung von Stoffen, die aufgrund hoher sportlicher Belastung durch die Proteinsynthese entstehen. Zudem unterstützt Arginin die Vasodilatation (Erweiterung der Blutgefäße), wodurch vermehrt Sauerstoff und Nährstoffe in die Muskelzellen gelangen können. Arginin verbessert die muskuläre Erholung durch seinen positiven Einfluss auf den Proteinstoffwechsel.

- **L-Glutamin:** Essentielle Aminosäure, die über die Nahrung aufgenommen werden muss. Vermindert die Effekte eines Übertrainings und verbessert die körperliche Erholung nach dem Training.

- **Vitamin B6:** u.a. wichtig für den Proteinstoffwechsel.

	pro 100g	pro 4 Kapseln
Energie	584 KJ 373 Kcal	45 KJ 10 Kcal
Eiweiß	93,2 g	2,6 g
Kohlenhydrate	< 1 g	0 g
davon Zucker	0 g	0 g
Fett	< 1 g	0 g
davon ges. Fettsäuren	0 g	0 g
Ballaststoffe	0 g	0 g
Natrium	< 0,1 g	0 g
L-Leucin	29,1 g	820 mg
L-Isoleucin	14,5 g	410 mg
L-Valin	14,5 g	410 mg
L-Arginin	11,3 g	320 mg
L-Glutamin	11,3 g	320 mg
Vitamine B6	77,92 mg (3896%*)	2 mg (100%*)
* %	...	

#### EINNAHMEEMPFEHLUNG:

Je 2 Kapseln vor und nach der sportlichen Belastung.

#### VORSCHLAG:

Bei sehr extremer Belastungsphase sehr gut kombinierbar mit Total Recovery.

**VERPACKUNG:** Dose mit 120 Kapseln.