



ISO ENERGY DRINK

HYDRATION UND ENERGIE



ISOTONISCHES FERTIGGETRÄNK ZUR SPORTLICHEN LEISTUNGSVERBESSERUNG

EINNAHME WÄHREND DES TRAININGS ODER WETTKAMPFES.

MIT 150MG MAGNESIUM JE FLASCHE

Iso Energy Drink ist ein isotonisches Fertiggetränk zur optimalen Rehydratation im Ausdauersport. Durch die Einnahme wird die sportliche Leistungsfähigkeit erheblich verbessert.

Zusammensetzung:

- **Glucose und Fructose:** Zur optimalen Energiedeckung während der sportlichen Aktivität. Dank einer optimalen Zusammensetzung kann eine gleichbleibende Energielieferung sichergestellt werden, welche die Ermüdungserscheinungen verhindert.

- **Electrolyte:** Während der sportlichen Leistung verlieren wir Elektrolyte u.a. durch den Verlust von Schweiß. Ein Fehlen von Elektrolyten wirkt sich leistungsmindernd aus. Sehr wichtige Elektrolyte sind:

✓ **Kalium:** Ist ein wichtiger Bestandteil der Körperzellen und u.a. sehr wichtig für die Erregbarkeit der Nerven- und Muskelzellen. Hilft bei der Regulation des körperlichen Flüssigkeitshaushaltes. Ein Kaliummangel führt u.a. zur Muskel- und Kreislaufschwäche.

✓ **Magnesium:** Magnesium kommt in fast allen Zellen vor und ist an zahlreichen Stoffwechselfunktionen beteiligt. Es aktiviert über 300 Enzyme und hilft energiereiche Substanzen aufzubauen. Magnesium sorgt für das Funktionieren der Muskeln. Der Körper benötigt erhöhte Mengen an Magnesium u.a. bei körperlicher Anstrengung oder auch bei extrem heißen Klima. Bei nicht ausreichender Menge Magnesium kann es zur Schlaflosigkeit, Reizbarkeit und Konzentrationsschwäche kommen. Bei sportlicher Belastung kommt es beim Mangelzustand zu Muskelkrämpfen.

✓ **Natrium und Chlorid:** Zusammen mit Chlorid und Kalium, reguliert das Natrium den Flüssigkeitshaushalt des Körpers. Natrium hilft mit, das Wasser im Gewebe zu halten. Natrium spielt u.a. eine wesentliche Rolle bei der Erregung der Muskeln. Außer über den Harn wird Natrium auch über den Schweiß ausgeschieden. Bei sportlicher Belastung kann der Natriumbedarf um das fünffache ansteigen. Natriummangel führt u.a. zu gestörter Muskelfunktion und Muskelkrämpfen.

Iso Energy Drink deckt den Energie- und Elektrolytbedarf bei sportlicher Belastung.

EINNAHMEEMPFEHLUNG: Den Inhalt einer Flasche während der Ausübung sportlicher Belastung trinken. Iso Energie Drink liefert Energie und Elektrolyte bis zu 45 Minuten. Bei kurzen und intensiven Belastungen, sollte Iso Energie Drink ca. 30 Minuten vor der Belastung zu sich genommen werden.

VERPACKUNGSGRÖSSE: Flasche mit 500ml. Getränkeinhalt.

GESCHMACK: Orange



	pro 100 ml	pro 500 ml
Brennwert	68 KJ 16 Kcal	340 KJ 80 Kcal
Eiweiß	< 0,1 g	< 0,1 g
Kohlenhydrate	3,7 g	18,5 g
davon Zucker	3,7 g	18,5 g
Fett	< 0,1 g	< 0,1 g
davon ges. Fettsäuren	< 0,1 g	< 0,1 g
Ballaststoffe	< 0,1 g	< 0,1 g
Natrium	58 mg	150 mg
Chlorid	30 mg	150 mg
Kalium	28 mg	140 mg
Magnesium	30 mg (10%*)	150 mg (50%*)

* % RDA = Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis