

POWER FOOD

In unseren Power Food Produkten vereinen wir aktuelle Trends mit gesunder Ernährung, denn auch Gesundheit ist „In“.



Sportskanone - Vitamin B Komplex + Calcium & Magnesium, Kapseln

Inhalt: **83,66 g e** (= 120 Kapseln)

PZN: 18655167

Hergestellt in Deutschland

Seite 1 von 2

Stand 15.06.2023

PLANTAVis

NATÜRLICHE KRAFT AUS DER PFLANZE

PlantaVis GmbH | Am Sportplatz 3 | DE-56291 Leiningen | Tel.: +49 (0) 6746 8037853

Fax: +49 (0) 6746 8028820 | info@plantavis.de | www.plantavis.de

SPORTSKANONE - VITAMIN B KOMPLEX + CALCIUM & MAGNESIUM

- **Nahrungsergänzungsmittel mit allen 8 B-Vitaminen - hochdosiert**
- **mit Calcium und Magnesium für eine normale Muskelfunktion**

Sport verursacht Muskelverspannungen und Mikroverletzungen in den Muskelfasern, dies ist Teil des Regenerations- und Wachstumsprozesses. Es ist wichtig, den Muskeln Zeit und genügend Nährstoffe zu bieten, um sich zwischen den Trainingseinheiten zu erholen und sich zu regenerieren, um Verletzungen zu vermeiden und den Fortschritt zu maximieren.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, die Regeneration der Muskeln zu fördern. Besonders wichtig ist natürlich Schlaf, da dieser dazu beiträgt, das Wachstumshormon zu produzieren, das für die Reparatur und das Wachstum von Muskelgewebe verantwortlich ist. Eine gesunde Ernährung mit ausreichender Proteinzufuhr ist ebenfalls wichtig. Eine Förderung der Durchblutung durch leichte Dehnung, Massage und leichtes Training kann ebenfalls zur Erholung beitragen.

Vitamine für die Muskeln

Vitamin B spielt eine wichtige Rolle bei der Regeneration der Muskeln nach dem Sport. In SportsKanone haben wir die wichtigen B-Vitamine mit Calcium und Magnesium kombiniert, um sportlich den besten Erfolg zu erzielen.

Vitamin B1 (Thiamin) ist ein wichtiger Bestandteil des Kohlenhydratstoffwechsels und hilft, Energie aus der Nahrung freizusetzen. Es ist auch wichtig für die Aufrechterhaltung des Nervensystems. Ein Mangel an Vitamin B1 kann zu Muskelschwäche und Müdigkeit führen.

Vitamin B2 (Riboflavin) ist wichtig für den Energie-Stoffwechsel im Körper und hilft, Kohlenhydrate, Fette und Proteine in Energie umzuwandeln. Es unterstützt auch die Produktion von roten Blutkörperchen, die Sauerstoff zu den Muskeln transportieren. Ein Mangel an Vitamin B2 kann zu Muskelkrämpfen und Müdigkeit führen.

Vitamin B3 (Niacin) hilft Kohlenhydrate, Fette und Proteine in Energie umzuwandeln. Ebenso spielt es eine Rolle bei der Regulierung des Cholesterinspiegels sowie der Verbesserung der Durchblutung. Ein Mangel an Vitamin B3 kann zu Muskelermüdung, Appetitlosigkeit und Entzündungen führen.

Vitamin B5 (Pantothenat) spielt eine wichtige Rolle bei der Energieproduktion und Regeneration der Muskeln. Es ist ein Bestandteil des Coenzym A, das an der Umwandlung von Nahrung in Energie beteiligt ist und wichtig für die Synthese von Hormonen und Neurotransmittern, die an der Muskelregeneration beteiligt sind. Ein Mangel an Vitamin B5 kann zu Muskelkrämpfen und Müdigkeit führen.

Vitamin B6 (Pyridoxin) hat einen großen Stellenwert bei der Regeneration der Muskeln. Es ist an der Synthese von Proteinen beteiligt, die für den Aufbau und die Reparatur von Muskelgewebe benötigt werden. Es ist auch wichtig für den Energie-Stoffwechsel und die Bildung von Hämoglobin, das Sauerstoff zu den Muskeln transportiert. Ein Mangel an Vitamin B6 kann zu Muskelkrämpfen, Müdigkeit und Entzündungen führen.

Vitamin B7 (Biotin) spielt zwar keine direkte Rolle bei der Regeneration der Muskeln, dennoch ist es an vielen Stoffwechselprozessen beteiligt, welche für die Energieproduktion und den Aufbau von Muskelgewebe wichtig sind.

Vitamin B9 (Folsäure) ist wichtig für die Regeneration der Muskeln. Es ist an der DNA-Synthese beteiligt, die für das Zellwachstum und die Regeneration von Muskelgewebe erforderlich ist. Außerdem ist es an der Produktion von roten Blutkörperchen beteiligt, die Sauerstoff zu den Muskeln transportieren. Ein Mangel an Folsäure kann zu Anämie, Müdigkeit und Muskelschwäche führen.

Auch **Vitamin B12 (Cobalamin)** ist sehr wichtig für die Regeneration der Muskeln. Es ist ebenfalls an der Produktion von roten Blutkörperchen beteiligt und unterstützt den Energiestoffwechsel in den Zellen. Es ist auch wichtig für die Synthese von DNA und RNA, die für das Wachstum und die Regeneration von Muskelgewebe benötigt werden. Ein Mangel an Vitamin B12 kann zu Anämie, Müdigkeit und Muskelschwäche führen.

Calcium spielt eine wichtige Rolle bei der Kontraktion der Muskeln. Es ermöglicht die Freisetzung von Neurotransmittern in den Nervenenden, welche die Muskelkontraktion auslösen die für die Kontraktion der Muskelfasern verantwortlich sind. Ein Mangel an Calcium kann zu Muskelkrämpfen und -schwäche führen. Hauptsächlich wird Calcium für den Knochenstoffwechsel benötigt und ist vor allem notwendig, um normale Knochen zu erhalten.

Magnesium spielt eine wichtige Rolle bei der Regeneration der Muskeln nach dem Training. Es ist an der Muskelkontraktion beteiligt und hilft auch dabei, Muskelkrämpfe und Muskelerschöpfung zu verhindern. Ein Mangel an Magnesium kann zu Muskelkrämpfen, Schwäche und Erschöpfung führen.

Zutaten:

Calcium Carbonat, Magnesium Carbonat, Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose, Nicotinamid, Vitamin B5, Vitamin B6, Vitamin B1, Vitamin B2, Folsäure, Vitamin B12, Biotin

Inhalt: 83,66 g e (= 120 Kapseln)

PZN: 18655167

Hergestellt in Deutschland

Verzehrempfehlung:

Täglich 1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.

Hinweise:

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden. Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufzubewahren. Bitte lagern Sie das Produkt trocken, lichtgeschützt und nicht über 25°C.

Zusammensetzung	pro Tagesdosis (1 Kapsel)	NRV(%)*
Calcium	120,12 mg	15,01 %
Magnesium	72,07 mg	19,22 %
Vitamin B3	16,00 mg	100,00 %
Vitamin B5	6,00 mg	100,00 %
Vitamin B6	2,00 mg	142,85 %
Vitamin B1	1,40 mg	127,27 %
Vitamin B2	1,60 mg	114,28 %
Vitamin B9	400,00 µg	200,00 %
Vitamin B7 (Biotin)	150,00 µg	300,00 %
Vitamin B12	3,00 µg	120,00 %

* NRV (%): Referenzmengen (für den durchschnittlichen Erwachsenen) nach LMIV ** keine Referenzmenge vorhanden