

# Magnesiumcitrat

## 200 mg

### Organische Magnesiumverbindung für eine gute Aufnahme

Magnesium unterstützt eine normale Eiweißsynthese, leistet also einen Beitrag beim Energiestoffwechsel, genauer gesagt beim Abbau und der Verwertung von Kohlenhydraten und Proteinen. Zusätzlich unterstützt der Mineralstoff den Elektrolythaushalt und ist wichtig für die Aufrechterhaltung und Stabilisierung der Zellmembran, ist also auch für die Muskelfunktion unentbehrlich. Durch die Stabilisierung von Zellmembranen kann Magnesium die körpereigene Sensibilität gegen Stresshormone dämpfen. So unterstützt Magnesium das Nervensystem und eine ausgeglichene psychische Funktion.

Unsere Formulierung enthält Magnesiumcitrat, eine organisch gebundene Form von Magnesium, die sehr gut aufgenommen werden kann und deshalb über eine hohe Bioverfügbarkeit verfügt.

### Besonderheiten

- hohe Bioverfügbarkeit
- organische Magnesiumverbindung
- vegan

### Benefits

#### Magnesium

- trägt zur Verringerung von Müdigkeit bei
- trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei
- trägt zu einer normalen Eiweißsynthese bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei
- trägt zu Erhaltung normaler Zähne bei
- hat eine Funktion bei der Zellteilung



### Inhalt pro Tagesportion (1 Tablette)

	Menge	% NRV <sup>1</sup>
Magnesium	200 mg	53 %

**Zutaten:** Magnesiumcitrat, Füllstoffe (Mikrokristalline Cellulose, Dicalciumphosphat), Trennmittel (Siliciumdioxid, Magnesiumstearat), Überzugsmittel (Hydroxypropylmethylcellulose, Hydroxypropylcellulose, Glycerin), Emulgator Natrium-Carboxymethylcellulose

Nahrungsergänzungsmittel<sup>2</sup> vegan

### Verzehrempfehlung:

Eine (1) Tablette pro Tag zu einer Mahlzeit.

Wenn du schwanger bist, stillst, Medikamente einnimmst oder an einer Krankheit leidest, konsultiere bitte deinen Arzt, bevor du dieses Produkt einnimmst.

<sup>1</sup> NRV: in % der empfohlenen Tagesdosis lt. LMIV

<sup>2</sup> Nahrungsergänzungsmittel stellen keinen Ersatz für abwechslungsreiche Ernährung dar. Eine ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise sind wichtig. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge nicht überschreiten. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Bei Raumtemperatur, trocken und lichtgeschützt lagern.

### Solgar®

Seit über 75 Jahren entwickeln wir bei Solgar® innovative Supplements für dein Wohlbefinden, deine Ausgeglichenheit, deine innere Balance, deinen Flow, deinen Glow - kurz, für dein Golden Life. Dabei setzen wir auf den Solgar® Goldstandard für hochwertige Produkte, um dich optimal auf deiner Reise zu begleiten.



Tradition seit 1947



Wertvolle Rohstoffe



Streben nach Innovation