

## Produktinformation



V-0003

## L-ALANIN

### GPH Kapseln / Pulver

#### Hinweise:

Glutenfrei. Lactosefrei. Hefefrei.

#### Verzehrempfehlung:

Kapseln: Erwachsene: 1 x täglich 1 Kapsel mit Flüssigkeit einnehmen.

1 Kapsel enthält 500 mg L-Alanin.

Pulver: Erwachsene: 1 x 1/2 Teelöffel täglich (= ca. 2000 mg)  
1/2 Teelöffel entspricht ca. 2000 mg L-Alanin.

#### Produktbeschreibung:

Aminosäuren sind Grundbausteine des körpereigenen Eiweißes. Auch für eine Vielzahl von Stoffwechselprozessen sind sie von großer Bedeutung. Kommen Aminosäuren einzeln, und nicht als Kombination mehrerer Aminosäuren (= Peptid, Eiweiß) vor, so spricht man von freien Aminosäuren. L-Alanin ist eine nicht essentielle Aminosäure, das heißt der Körper kann sie mit Hilfe von Zucker und anderen, in der Nahrung enthaltenen Stoffen, selbst in ausreichender Menge herstellen. L-Alanin kommt vorwiegend in Gelatine und Mais vor.

Diese Aminosäure übt folgende Funktionen aus:

#### Energienlieferant:

L-Alanin ist ähnlich wie Glutamin eine wichtige Aminosäure des Muskelgewebes. Als Vorstufe für den Glucoseaufbau ist L-Alanin für die Energiebereitstellung von großer Bedeutung.

#### Stoffwechsel:

L-Alanin ist ebenso für die Regulierung des Blutzuckerspiegels von großer Bedeutung, vor allem dann, wenn körpereigene Glycogenspeicher aufgebraucht sind. Sie ist ein wichtiger Faktor im Stoffwechsel und beteiligt an der Zuckerbalance und der Lagerung von Glycogen in Muskeln und in der Leber.

Diese Aminosäure ist daher von großer Bedeutung für Sportler unter Höchstleistungen und ergänzt die Ernährung in diesen Fällen sinnvoll.

#### Rohstoffbeschreibung:

Vertrieb Österreich: Telefon: +43 3572 869 96  
GALL-Pharma GmbH Email: gallpharma@gall.co.at  
A-8750 Judenburg [www.gall.co.at](http://www.gall.co.at)

Vertrieb Deutschland: Telefon: +49 4761 92 56 -0  
HECHT Pharma GmbH Email: info@hecht-pharma.de  
D-27432 Bremervörde [www.hecht-pharma.de](http://www.hecht-pharma.de)



L-Alanin wird ausschließlich auf der Basis von Rohstoffen nicht tierischer Herkunft hergestellt. Die in den Hartgelatinekapseln verwendete Gelatine ist BSE/TSE-geprüfte Pharmagelatine.

**Inhaltsstoffe:**

Kapseln: L-Alanin (77 %); Kapselhülle: Gelatine; Farbstoffe in der Kapselhülle: Titandioxid, Eisenoxid, Ponceau 4 R, Chinolingelb (Kann Aktivität und Aufmerksamkeit von Kindern beeinträchtigen!), Patentblau V; Füllstoff: Mannit

Pulver: L-Alanin (100 %)

**Referenzen:**

Koolman J., Röhm K.H., (2003) Taschenatlas der Biochemie, Thieme Verlag S. 338-339

Ternes, Täufel, Tunger, Zobel. (2005). Lexikon der Lebensmittel und der Lebensmittelchemie. Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH Stuttgart, S. 26

L-Alanin GPH Kapseln sind in folgenden Größen erhältlich:

EAN	Inhalt	Netto-Gewicht e
90 08124 00336 6	60 Kps.	38 g
90 08124 02095 0	120 Kps.	77 g
90 08124 02096 7	180 Kps.	115 g
90 08124 02097 4	360 Kps.	231 g
90 08124 02098 1	750 Kps.	483 g
90 08124 02099 8	1.750 Kps.	1.127 g

L-Alanin GPH Pulver sind in folgenden Größen erhältlich:

EAN	Netto-Gewicht e
90 08124 00631 2	100 g

Diese Information ist ausschließlich für Fachpersonal bestimmt!

Vertrieb Österreich:  
Gall-Pharma GmbH  
A-8750 Judenburg

Telefon: +43 3572 869 96  
Email: [gallpharma@gall.co.at](mailto:gallpharma@gall.co.at)  
[www.gall.co.at](http://www.gall.co.at)

Vertrieb Deutschland:  
HECHT Pharma GmbH  
D-27432 Bremervörde

Telefon: +49 4761 92 56 -0  
Email: [info@hecht-pharma.de](mailto:info@hecht-pharma.de)  
[www.hecht-pharma.de](http://www.hecht-pharma.de)

