



# Magnesiumbisglycinat Komplex

## Für Muskeln und Nerven

Magnesium ist einer der lebenswichtigen Mineralstoffe, die der Körper nicht selbst herstellen kann und über die Nahrung zugeführt werden muss. Das Mineral ist für viele Prozesse im Körper existenziell, darunter in erster Linie für den Energiestoffwechsel, für vitale Muskelfunktionen sowie für wichtige biochemische Vorgänge innerhalb der Muskeln und Nerven. Wenn dem Körper zu wenig Magnesium zur Verfügung steht, werden die Membranen durchlässiger für Natrium, Kalium und Calcium, wodurch die Erregbarkeit der Nervenzellen steigt und damit auch die Neigung zu Muskelkrämpfen. Magnesium stabilisiert die Zellmembranen, senkt die Erregbarkeit der Nervenzellen und trägt damit zu einer normalen Muskelfunktion bei.

Das für dieses Produkt verwendete Magnesiumbisglycinat ist eine organische Magnesiumverbindung, bei der das Magnesium an eine Aminosäure (Glycin) gebunden ist. Mit dem Vorteil, dass die Aminosäure die empfindlichen Schleimhäute im Verdauungstrakt vor Reizungen durch das Magnesium schützt.

Daher gilt Magnesiumbisglycinat als besonders gut verträglich und verursacht im Vergleich zu anderen Magnesiumverbindungen nur selten Durchfall. Zudem kann das Magnesium dank der Aminosäure sehr gut resorbiert werden, da es nicht die üblichen Resorptionswege gehen muss.

- 333 mg reines Magnesium pro Tagesverzehrmenge
- Sehr gute Bioverfügbarkeit
- Unterstützt das Nervensystem und die Psyche
- Verringert Müdigkeit und Ermüdung



## Nährstoffe pro Tagesverzehrmenge (3 Kapseln)

	Menge	%NRV*
Magnesium	333 mg	89 %

\* Prozent der Nährstoffbezugswerte (NRV) laut Verordnung (EU) NR. 1169/2011

## Zutaten:

Magnesiumbisglycinat, Füllstoff: Reismehl, Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose (pflanzliche Kapselhülle), Magnesiumcarbonat, Trimagnesiumdicitrat

Nahrungsergänzungsmittel mit Magnesium

## Verzehrempfehlung:

3 Kapseln täglich. Am besten zwischen den Mahlzeiten.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

## Inhalt

		PZN
120 Kapseln	108 g	16044324

Die Dose nach Gebrauch gut verschlossen halten. Kühl, nicht über 25 Grad und trocken lagern.

Herstellungsland: Deutschland

Produktinformation /  
Magnesiumbisglycinat Komplex  
PZN 16044324



# Magnesiumbisglycinat Komplex

---

## Zulässige gesundheitsbezogene Angaben:

**Magnesium** trägt bei zu

- einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- dem Elektrolytgleichgewicht
- einem normalen Energiestoffwechsel
- einer normalen Funktion des Nervensystems
- einer normalen Muskelfunktion
- einer normalen Eiweißsynthese
- einer normalen psychischen Funktion
- der Erhaltung normaler Knochen
- der Erhaltung normaler Zähne

**Magnesium** hat

- eine Funktion bei der Zellteilung