

Magnesium Komplex 4 in 1 hochdosiert vegan

Nahrungsergänzungsmittel mit Magnesium mit 400 mg elementarem Magnesium je Tagesdosis (= 2 Kapseln)

PZN 18680739
GTIN 4260581410100
120 Kapseln
2 Monate



Magnesium und seine ernährungsphysiologischen Effekte im Überblick:

- ✓ *Magnesium trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei*
- ✓ ¹ *Magnesium fördert einen normalen Energiestoffwechsel*
- ✓ ² *Magnesium unterstützt eine normale Funktion des Nervensystems*
- ✓ ³ *Magnesium trägt zur normalen psychischen Funktion bei*
- ✓ ⁴ *Magnesium fördert eine normale Muskelfunktion*
- ✓ ⁵ *Magnesium trägt zur Erhaltung normaler Knochen und Zähne bei*
- ✓ *Magnesium unterstützt das Elektrolytgleichgewicht*
- ✓ *Magnesium trägt zu einer normalen Eiweißsynthese bei*
- ✓ *Magnesium fördert die Zellteilung*

Ihre 4 in 1 Magnesium-Formel für Energie¹, Nervensystem², Psyche³, Muskeln⁴, Knochen⁵, Zähne⁵ & mehr

Mit hochwertigem Magnesiumoxid, Magnesiummalat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumbisglycinat.

Unser Magnesium Komplex 4 in 1 hat die Kraft von vier verschiedenen Magnesiumverbindungen und enthält je Tagesdosis (= 2 Kapseln) 400 mg elementares Magnesium.

Magnesium ist ein sehr wichtiges Mineral, das nicht vom Körper selbst produziert werden kann. In Wachstums- und Entwicklungsphasen, aber auch bei Anstrengung braucht der menschliche Organismus vermehrt Magnesium. Magnesium hat zahlreiche ernährungsphysiologische Effekte. So trägt es zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei, fördert einen normalen Energiestoffwechsel und unterstützt eine normale Funktion des Nervensystems sowie psychische Funktion. Magnesium ist auch wichtig für eine normale Muskelfunktion, Erhaltung normaler Knochen und Zähne sowie das Elektrolytgleichgewicht. Darüber hinaus fördert es eine normale Eiweißsynthese und die Zellteilung.

Volle Energie: Magnesium fördert einen normalen Energiestoffwechsel und trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei.

Innovatives Wirkspektrum:

Unseren Magnesium Komplex haben wir gezielt aus vier sinnvollen Magnesiumverbindungen zusammengestellt: Er besteht aus den organischen Verbindungen Magnesiumcitrat, Magnesiumbisglycinat und Magnesiummalat. Diese Formen des Magnesiums werden gut und schnell aufgenommen, sodass dieser wichtige Nährstoff dem Körper direkt zur Verfügung steht. Magnesiummalat ist auch an der ATP-Synthese⁶ beteiligt – einem der wichtigsten Energielieferanten des Körpers – und unterstützt somit den Energiestoffwechsel. Die vierte Verbindung ist das anorganische Magnesiumoxid: Anorganische Verbindungen werden vom Körper zwar langsamer aufgenommen, verweilen dafür aber auch länger in ihm. Magnesiumoxid besitzt somit eine langanhaltende Depotwirkung.

Jeder Körper ist anders und so ist es bei jedem unterschiedlich, welche Magnesiumquelle am besten verwertet werden kann. Mit der innovativen 4 in 1 Formel wird eine ausreichende Magnesiumzufuhr garantiert.

⁶ ATP-Synthese: Verschiedene biochemische Reaktionen im Körper, welche den Zellen den universellen Energieträger „Adenosinriphosphat“ (ATP) zur Verfügung stellen.



Bildquelle: iStock.com/gilaxia

Wann ist eine ergänzende Zufuhr von Magnesium zu empfehlen?

In vielen Lebenssituationen ist die gezielte Zufuhr von Magnesium zu empfehlen (ergänzend zu einer ausgewogenen Ernährungsweise mit magnesiumreichen Nahrungsmitteln):

Sportler*innen

Beim Sport wird die Muskulatur intensiv beansprucht. Durch Anstrengung und Schwitzen verbraucht der Körper wichtige Mineralstoffe wie z. B. Magnesium. Dies kann zur Folge haben, dass Muskulatur und Leistungsfähigkeit beeinträchtigt werden. Auch bei einseitiger Ernährungsweise z.B. im Rahmen von Diäten, die im Leistungssport wie auch im Amateurbereich vorkommen, kann ein Magnesiummangel auftreten.

Ältere Menschen

Ältere Menschen bemerken sehr häufig einen erhöhten Bedarf an Magnesium. Viele Betroffene stellen dies z. B. nachts in den Muskeln fest. Je älter wir werden, desto geringer sind unsere körperlichen Aktivitäten. Oft sinkt auch die regelmäßige und ausgewogene Nahrungsaufnahme, weshalb häufig weniger Magnesium aufgenommen wird. Da der Magnesiumbedarf des Körpers aber gleich hoch bleibt, empfiehlt sich eine gezielte Zufuhr von Magnesium.

Diabetiker*innen

Bei Diabetiker*innen wird vermehrt Magnesium über die Niere ausgeschieden, weshalb meist ein höherer Magnesiumbedarf entsteht.

Mental beanspruchte und körperlich schwer arbeitende Personen

Für mental stark beanspruchte Personen oder Personen, die körperlich schwere Tätigkeiten ausüben, kann eine erhöhte Magnesiumzufuhr sinnvoll sein.



Bildquelle: iStock.com/dusanpetkovic

Reisende

Personen, die viel unterwegs sind, fehlt oft die Möglichkeit, genügend Magnesium über die Ernährung aufzunehmen. Eine gezielte Ergänzung kann empfehlenswert sein.



Bildquelle: iStock.com/FTiare

Jugendliche und junge Erwachsene

Jüngere Menschen wachsen und entwickeln sich schnell. In diesen Phasen benötigt der Körper viel Magnesium. Deshalb ist eine gute Magnesiumversorgung wichtig.



Bildquelle: iStock.com/jacoblund

Verzehrempfehlung

Täglich 2 Kapseln unzerkaut mit ausreichend Wasser einnehmen.

Wichtige Hinweise:

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise. Magnesium kann bei empfindlichen Personen eine abführende Wirkung haben.

Anwendungsdauer:

Es empfiehlt sich eine regelmäßige Einnahme gemäß Verzehrempfehlung über einen längeren Zeitraum.

Zutaten:

Magnesiumsalze der Citronensäure, Magnesiumoxid, Magnesiummalat, Magnesiumbisglycinat, Reismehl, Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose (pflanzliche Kapselhülle)

Aufbewahrung:

Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufzubewahren. Bitte lagern Sie das Produkt kühl, trocken und dunkel.

Magnesium Komplex 4 in 1 ist



vegetarisch



vegan



glutenfrei



hefefrei



laktosefrei



gelatinefrei


 frei von
Konservier-
ungsstoffen


frei von Magnesiumstearat (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren)


 ohne
zugewetzten
Zucker

 ohne
zugewetzte
Süßstoffe

 frei von
künstlichen
Aroma- und
Farbstoffen

 non-GMO
(ohne
Gentechnik)

Zutaten, Nährstoffe und sonstige Stoffe mit ernährungsphysiologischer Wirkung

Magnesium Komplex 4 in 1

Nährstoffe	pro Tagesdosis*	NRV**
Magnesium (gesamt)	400 mg	107 %
Magnesiumsalze der Citronensäure -davon Magnesium	420 mg	***
	50 mg	13 %
Magnesiumoxid -davon Magnesium	400 mg	***
	240 mg	64 %
Magnesiummalat -davon Magnesium	350 mg	***
	70 mg	19 %
Magnesiumbisglycinat -davon Magnesium	333 mg	***
	40 mg	11 %

e 120,2 g
120 Kapseln



* 2 Kapseln

** NRV = Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte gem. VO (EU) Nr. 1169/2011

*** Keine NRV vorhanden

Sorgfältig und mit ♥ hergestellt in Deutschland.

Unser Markenname kommt nicht von ungefähr:

Wir stellen für Sie reine Premium-Nahrungsergänzungen her und haben unseren Sitz in Köln am Rhein.

Reine Nahrungsergänzungen für alle – selbstverständlich in Premium-Qualität

Bei der Herstellung unserer Produkte legen wir größten Wert auf reine und hochwertige (Natur-) Rohstoffe. Diese werden stets mit größter Sorgfalt ausgewählt und mit Professionalität in zertifizierten deutschen und modernen Produktionsanlagen verarbeitet – das ist für uns nicht nur sehr wichtig, sondern selbstverständlich!

Wir unterstützen Sie gerne bei einer gesunden Ernährung und Lebensweise und das mit größter Sorgfalt, Liebe und Leidenschaft.

Egal, ob jung, mitten im Leben oder im höheren Alter, egal, ob Sportler oder eher nicht – jeder von uns hat bestimmte Ernährungsbedürfnisse. Deshalb entwickeln wir zielgerichtet Produkte, die sich an den jeweiligen Bedürfnissen ausrichten. Außerdem ist uns eine transparente und verständliche Produktkennzeichnung wichtig.

Unsere wesentlichen Produkt-Inhaltsstoffe



Vitamine



Mineralstoffe



Sekundäre Pflanzenstoffe
(Superfoods)

Unser R(h)einheitsversprechen

- ✓ Produktion nach deutschem und europäischem Lebensmittelrecht
- ✓ Sorgfältig und mit ♥ hergestellt in Deutschland
- ✓ Transparente und verständliche Produktkennzeichnung
- ✓ Reine und hochwertige (Natur-) Rohstoffe

Stand:04/2023

Unsere Sortimentsübersicht

