

Kreatin (Creapure®) mit Magnesium
Kre-Mag®

Kreatin ist eine körpereigene Substanz und kommt in jeder menschlichen Zelle vor. Kreatin erhöht die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver körperlicher Betätigung. Magnesium trägt bei zu einem normalen Energiestoffwechsel und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung. Magnesium trägt auch bei zur gesunden Funktion des Nervensystems sowie zur normalen psychischen Funktion und leistet einen Beitrag zur Erhaltung gesunder Knochen und normaler Muskelfunktion. Maltodextrin und Dextrose stellen als Kohlenhydrate Energie zur Verfügung. **Zutaten:** Kreatin-Monohydrat 49 %, Magnesium-Citrat, Maltodextrin, Dextrose. **Verzehr:** Die positive Wirkung stellt sich ein bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin (3,4 g Kreatin-Monohydrat) bei Erwachsenen. Ein Messlöffel (7 g = 10 ml) täglich bevorzugt am Morgen. Während der ersten Woche kann bei Bedarf je ein Messlöffel morgens und abends eingenommen werden. Das Pulver in ein Glas schütten und mit etwas Wasser trinken. Nur für Erwachsene, vor Kindern geschützt lagern. Achten Sie auf eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

La créatine est une substance propre du corps et on la trouve dans toutes les cellules. La créatine améliore les capacités physiques en cas de séries successives d'exercices très intenses de courte durée. Le magnésium contribue à un métabolisme énergétique normal, à réduire la fatigue et contribue au fonctionnement normal du système nerveux ainsi qu'à des fonctions psychologiques normales. Le magnésium contribue au maintien d'une ossature normale et une fonction musculaire normale. Les hydrates de carbone (dextrose et maltodextrine) mettent à disposition de

l'énergie. **Ingédients:** Monohydrate de créatine 49 %, citrate de magnésium, dextrose et maltodextrine. **Consommation:** L'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 3 g de créatine (3,4 g de monohydrate de créatine) pour les adultes. Prendre une mesurette (7 g = 10 ml) par jour de préférence le matin ou, si nécessaire, une mesurette matin et soir durant la première semaine. Verser la poudre dans un verre et ajouter de l'eau et boire immédiatement. Pour adultes seulement, à conserver hors de portée des enfants. Veillez à une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain.

Creatine is a natural substance found in all cells of the body. Creatine increases physical performance in successive bursts of short-term, high intensity exercise. Magnesium contributes to normal energy-yielding metabolism, to a reduction of tiredness and fatigue. Magnesium also contributes to normal functioning of the nervous system as well as for the normal psychological function. Magnesium contributes to the maintenance of normal bones and normal muscle function. The carbohydrates maltodextrin and dextrose provide energy. **Ingredients:** Creatine monohydrate 49%, magnesium citrate, maltodextrin, dextrose. **Consumption:** The beneficial effect is obtained with a daily intake of 3 g of creatine (3.4 g creatine monohydrate) for adults. One measuring spoon (7 g = 10 ml) is recommended to be taken in the morning and in the evening for one week. Pour the powder in a glass, add water and drink it immediately. For adults only, store out of reach of children. Take care of a varied, well balanced diet and a healthy lifestyle.

Kre-Mag® 30 Sachets

Créatine (Creapure®) plus magnésium

Für Personen mit erhöhtem Energiebedarf

Pour les personnes ayant des besoins énergétiques accrus

For people with increased energy demand

Entwickelt und kontrolliert in der Schweiz.
Hergestellt in der EU.
Développé et contrôlé en Suisse.
Fabriqué dans l'UE.
Developed and controlled in Switzerland.
Made in the EU.

Vertrieb / Distribution:

Synergen AG, CH-6312 Steinhausen
www.kre-mag.ch

Kre-Mag®

Kreatin (Creapure®) mit Magnesium / Créatine plus magnésium
Creatine with magnesium

Kreatinhaltige Ergänzungsnahrung mit Magnesium für Personen mit erhöhtem Energiebedarf

Complément alimentaire de créatine et de magnésium destiné aux personnes ayant des besoins énergétiques accrus

Supplementary food with creatine and magnesium for persons with increased energy demand

30 Beutel
Sachets
30 x 7 g (210 g)

Nährwerte / valeurs nutritives nutritional values je Beutel / sachet

Energie / énergie / energy	49 kJ (11 kcal)
Eiweiss / protéines / proteins	0 g
Kohlenhydrate / glucides / carbohydrates	2,6 g
davon / dont / thereof: Zucker / sucre / sugar	1,5 g
Fett / lipides / fat	0 g
davon / dont / thereof: gesättigte Fettsäuren / acides gras saturés / saturated fatty acids	0 g
Ballaststoffe / fibres alimentaires / dietary fibre	0 g
Natrium / sodium / sodium	0 g
Kreatin / créatine / creatine	3 g
Magnesium / magnésium / magnesium	150 mg (40%)*

* % der empfohlenen Tagesdosis /
% de la dose journalière recommandée /
% of recommended daily allowance

Mindestens haltbar bis:
A consommer de préférence avant le:
Best before: **15. Juni 2018**

Synergen AG, CH-6312 Steinhausen

PZN - 03118191



7 640101 310146 >