

# Allnutrition BCAA Max Support 500 g Blackcurrant



Cena: 63,65 pln

## Opis słownikowy

Klasyfikacja	Suplement diety
Marka Producent	SFD S.A.
Opakowanie	500 g
Postać	proszek
Wysyłka zamówienia	w 48 h

## Opis produktu

**Charakterystyka** BCAA MAX SUPPORT może stanowić cenne uzupełnienie diety osób aktywnych fizycznie, zwłaszcza wyczynowych sportowców. Zasadność ich przyjmowania uzależniona jest jednak od kilku czynników takich jak skład ciała cel i rodzaj stosowanej diety, częstotliwość i intensywność jednostek treningowych. Im niższy poziom tkanki tłuszczowej, im głębszy deficyt kaloryczny, mniejsza podaż węglowodanów oraz im cięższe i częstsze treningi, tym więcej korzyści można odnieść z przyjmowania BCAA MAX SUPPORT i tym większe dawki tych aminokwasów warto stosować. **BCAA – co to?** BCAA, czyli aminokwasy rozgałęzione należą do najbardziej popularnych suplementów stosowanych przez osoby aktywne fizycznie. Spowodowane jest to tym, iż zarówno codzienna praktyka, jak i wyniki badań naukowych potwierdzają ich korzystny wpływ na ogólnie pojętą formę sportową. Skrótowa nazwa BCAA pochodzi z języka angielskiego od terminu: branched chain amino acids, co tłumaczymy, jako „aminokwasy o rozgałęzionych łańcuchach”. Wspomniana nazwa wynika ze specyficznej budowy tych związków. Do BCAA zalicza się: leucynę, izoleucynę i walinę należące jednocześnie do grupy aminokwasów niezbędnych zwanych egzogennymi, czyli takimi, które muszą być dostarczane z pokarmem lub też w postaci suplementu, gdyż organizm nie jest w stanie ich sam syntetyzować. BCAA w przeciwieństwie do innych aminokwasów budujących białka wyróżniają się budową chemiczną, a dokładnie obecnością rozgałęzionego łańcucha alifatycznego bocznego, a także tym, że metabolizowane są nie w wątrobie, a przede wszystkim w tkance mięśniowej. **Kiedy i w jakich dawkach przyjmować BCAA MAX SUPPORT?** Idealnym rozwiązaniem dla osoby aktywnej będzie przyjmowanie BCAA MAX SUPPORT przed treningiem oraz po jego zakończeniu. Optymalna dawka powodująca oczekiwane efekty w naszym organizmie jest to 10g. Aby uzyskać pełnię właściwości protekcyjnych Allnutrition BCAA MAX SUPPORT, warto je stosować na czczo lub podczas długotrwałych treningów. **Zalecane porcjowanie** Od 1 do 2 porcji dziennie. Jedna porcja to 7,5 g produktu rozpuszczone w 150 ml wody lub soku. W dni treningowe - jedna porcja przed treningiem oraz jedna porcja po treningu. W dni bez treningu - jedna porcja rano na czczo. **Składniki** 50% bcaa (25% l-leucyna, 12,5% l-walina, 12,5% l-izoleucyna), 20% l-glutamina, stabilizator e414, regulator kwasowości kwas jabłkowy, substancja słodząca sukraloza