

## ALLNUTRITION Creatine Muscle Max 250 g Cola



Cena: 51,73 pln

## Opis słownikowy

Klasyfikacja	Suplement diety
Marka Producent	SFD S.A.
Opakowanie	250 g
Postać	proszek
Wysyłka zamówienia	w 48 h

## Opis produktu

**Charakterystyka** ALLNUTRITION CREATINE MUSCLE MAX to najwyższej jakości mikronizowany monohydrat kreatyny przeznaczony dla każdej trenującej osoby dorosłej, bez względu na poziom zaawansowania w treningach. Suplementacja CREATINE MUSCLE MAX może pomóc Ci w maksymalizacji efektów treningu. Spożywanie już 3g kreatyny dziennie zwiększa wydolność fizyczną w przypadku następujących po sobie krótkich, bardzo intensywnych ćwiczeń fizycznych. Oznacza to, że korzystne rezultaty mogą osiągać sportowcy, których dyscyplina wymaga siły lub szybkości. Na przykład zawodnicy uczestniczący w grach zespołowych, takich jak piłka nożna, hokej czy koszykówka, ale również w lekkoatletyce lub w sportach walki. **Działanie** Monohydrat kreatyny zawarty w CREATINE MUSCLE MAX to peptyd, który składa się z aminokwasów - cegiełek budulcowych białka. W postaci suplementu kreatyna pojawiła się w latach 90-tych po tym, jak zaczęła być suplementowana przez sportowców olimpijskich. Chociaż organizm wytwarza kreatynę wewnętrznie, gromadzi ją w mięśniach i można ją spożywać wraz z jedzeniem Australian Institute of Sport sklasyfikował ją do kategorii "A". Według tej instytucji, suplementy z grupy "A" to te, których skuteczność w określonych protokołach postępowania została potwierdzona solidnymi dowodami naukowymi. **Wskazania** Monohydrat kreatyny to najlepszy wybór dla osób, które pierwszy raz stosują tego rodzaju suplement. Naturalnie występuje w pokarmie, szczególnie w wołowinie. Istnieje wiele badań potwierdzających działanie i skuteczność stosowania kreatyny. Polecamy suplementowanie CREATINE MUSCLE MAX każdej osobie bez względu na poziom zaawansowania w treningach. CREATINE MUSCLE MAX może być z powodzeniem stosowany zarówno w okresie budowania masy, siły, wytrzymałości jak i redukcji. **Zalecane porcjowanie** Jedna porcja to 6 g produktu (1 miarka) rozpuszczone w 200 ml wody. W dni treningowe: jedna porcja przed treningiem. W dni bez treningu: jedna porcja rano na czczo. Suplement diety. Produkt przeznaczony dla aktywnych fizycznie osób powyżej 18 roku życia. Nie spożywać w przypadku uczulenia na którykolwiek składnik produktu. Nie przekraczać zalecanej porcji dziennej. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety. Zalecany jest zbilansowany sposób żywienia i zdrowy tryb życia. Może zawierać pochodne jaj, orzechów, nasion sezamu, selera i zbóż zawierających gluten. Po użyciu opakowanie należy zawsze zamykać.