



NEM0180	19,90 € / Stück	58,53 € / 1 kg	Neutral
ab 2 Stück	18,31 € / Stück	53,85 € / 1 kg	- 8 %
ab 3 Stück	17,91 € / Stück	52,68 € / 1 kg	- 10 %



19,90 €

creatin ★★★★★

Nahrungsergänzungsmittel.

Pulver mit Kreatinmonohydrat von Creapure®. Geschmacksneutral.

- Erhöht die körperliche Leistung
- Energielieferant für Kraft- und Ausdauersportler
- 100 % reines Kreatin von Creapure® ohne Zusatzstoffe
- Hergestellt in Deutschland

Was ist Kreatin?

Kreatin ist eine körpereigene Substanz, die eine zentrale Rolle beim Energietransport spielt. Grundbausteine sind die drei Aminosäuren Arginin, Glycin und Methionin. Für anaerobe Kraftanstrengungen, wie kurze intensive Belastungen, benötigt der Muskel sofort verfügbare Energie. Diese steht ihm in Form von Adenosintriphosphat (ATP) und Kreatinphosphat zur Verfügung. ATP und Kreatin dienen als Energiespeicher und überbrücken die Zeit, bis der Abbau von Glucose und Fett weitere Energie freisetzen kann. Wie die Energie einer Batterie, die sofort bereitsteht.

Kreatin zur Leistungssteigerung

Kreatin erhöht die körperliche Leistung bei Schnellkrafttraining im Rahmen kurzzeitiger intensiver Betätigung und ist daher im Kraftsport sehr beliebt. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3 g Kreatin (enthalten in einer Portion) ein. Kreatin ist aber auch das passende Nahrungsergänzungsmittel für alle Sportarten mit intensiver Belastung wie Laufen oder Fußball. Um Höchstleistungen abrufen zu können und stagnierende Leistungskraft zu verbessern, benötigt der Körper ausreichend Kreatin. Auch im fortgeschrittenen Alter kannst Du von Kreatin profitieren. In Kombination mit moderatem Krafttraining, kann Kreatin dabei helfen dem Muskel- und Kraftverlust entgegenzuwirken.

for you Kreatin mit dem deutschen Qualitätsrohstoffs Creapure®

Wir setzen auf den exklusiv in Deutschland hergestellten und weltweit anerkannten Qualitätsrohstoff Creapure®. Creapure® ist das am besten untersuchte Kreatin: Wirksamkeit und gleichbleibend hervorragende Qualität sind garantiert.

Inhalt: 340 g (100 Portionen)

Zubereitung: Pro Portion 3,4 g Pulver (= 1 Messlöffel) in kohlenhydrathaltige Getränke wie z.B. Fruchtsaft einrühren. Alternativ kann die Zubereitung auch mit Wasser erfolgen.

Verzehrempfehlung: 4 Wochen lang täglich 1 Portion nehmen. Danach 4 Wochen Pause einlegen.

Zutaten: Kreatinmonohydrat.



Durchschnittliche Nährwerte	pro Portion (= 3,4 g Pulver)
Kreatinmonohydrat (Creapure®)	3,4 g
- davon Kreatin	3,0 g