

**Hersteller:**

Hirundo Products

Vertriebsanstalt

Postfach 367 - FL-9493 Mauren

www.nutristore.li

**PZN:** 00829939

**Artikelname:** Nahrungsergänzungsmittel

**Hinweise:**

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung.

Bitte achten Sie auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Die empfohlene Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Trocken, kühl und lichtgeschützt sowie außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Mindestens haltbar bis / L-Bz.: siehe Packungsaufdruck

**Beschreibung:**

Creatin Monohydrat 100 % rein Pulver 500 g

Creatin Monohydrat ist geschmacksneutral und für optimale Löslichkeit und Aufnahme feinstvermahlen. Es sollte in Wasser, Fruchtsaft oder in ein Elektrolytgetränk eingerührt werden.

Verzehrempfehlung: Verzehren Sie täglich 2 - 5 g Creatin Monohydrat. Ein gehäufte Teelöffel entspricht ca. 5 g.

Für Sportler empfiehlt sich eine kurmäßige Anwendung über 8 Wochen. Verzehren Sie in der ersten Woche 4 mal täglich je einen gehäuften Teelöffel vor den Mahlzeiten. Ab der zweiten Woche ist täglich ein gehäufter Teelöffel vor dem Frühstück ausreichend. Lösen Sie das Pulver in 1/2 Liter Wasser oder Fruchtsaft, um eine optimale Aufnahme zu gewährleisten.

Die empfohlene Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Zur Zeit liegt noch keine EU-Empfehlung für den Tagesbedarf an Creatin Monohydrat vor.

Zutaten: 100 % Creatin Monohydrat Pulver in Pharmaqualität ohne weitere Zusätze, feinstvermahlen

Für Kinder und Jugendliche im Wachstum ist Creatin Monohydrat nicht geeignet.

**Allergene:**

Gewicht g/ml: 500