

POWERSTAR FOOD KREATIN PUR

KREATIN erhöht die körperliche Leistung bei **Schnellkrafttraining** im Rahmen kurzzeitiger, hochintensiver, wiederholter Trainingseinheiten. Damit sich diese **positive Wirkung** einstellt, ist eine tägliche Zufuhr von **3 g Kreatin** notwendig. Kreatin ist eines der beliebtesten und meistgekauften Kraft- und Schnellkraftnahrungsergänzung weltweit.

Absolut entscheidend ist bei der Fülle der angebotenen Produkte die Qualität des Kreatins. Für **POWERSTAR FOOD KREATIN PUR** verwenden wir ausschließlich nur den geprüften und zertifizierten Qualitätsrohstoff **KreaCLEAN® / Creapure® "Made in Germany"** von AlzChem AG. Es gibt derzeit keine reinere Form an Kreatin-Monohydrat auf dem Weltmarkt. **KreaCLEAN® / Creapure®** hat hervorragende Schwebbeeigenschaften in Flüssigkeit und lässt sich fast ohne Rückstände im Glas trinken.

Während einer **Kreatin** (Creatin)-Supplementierung solltest Du auf eine ausreichende Proteinversorgung achten und deinen Koffeinkonsum auf 1-2 Tassen Kaffee am Tag beschränken. Protein trägt zum Erhalt und zur Zunahme von Muskelmasse bei.

- **Bezeichnung: Diätetisches Lebensmittel für intensive Muskelanstrengungen, vor allem für Sportler bei einem erhöhten Bedarf an Kreatin und Magnesium**
- **Zielgruppe sind Erwachsene, die einer intensiven körperlichen Betätigung nachgehen**
- **POWERSTAR FOOD KREATIN PUR enthält ausschließlich KreaCLEAN® / Creapure®**
- **KreaCLEAN® / Creapure® ist bester, geprüfter und zertifizierter Qualitätsrohstoff**
- **Microfein mit hervorragenden Schwebbeeigenschaften in Flüssigkeit**
- **Kann zu einer Gewichtszunahme und einer Wassereinlagerung in der Muskulatur führen**
- **Ohne künstliche Farbstoffe**
- **Ohne gluten- und lactosehaltige Zutaten**
- **Ohne Aroma und Süßungsmittel**
- **Für Veganer geeignet**
- **Health Claims:**
Laut Health Claims darf für Kreatin, wenn dieses in einem Diätetischen Lebensmittel eingesetzt wird, keine weiteren Angaben gemacht werden
- **Rohstoffe in geprüfter Arzneibuch-/Pharmaqualität**

Hinweis:

Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung, sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung. Überschreiten Sie die angegebene tägliche Verzehrsmenge nicht.

Die europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (**EFSA**) hat in einem sehr strengen wissenschaftlichen Bewertungsverfahren die Wirkung von Kreatin untersucht, wie diese in **POWERSTAR FOOD KREATIN PUR** enthalten sind. Die unabhängigen Wissenschaftler sind dabei zu dem Ergebnis gelangt, dass die genannten Nährstoffe für die Gesamtbevölkerung einen Beitrag zu den oben beschriebenen Körperfunktionen leisten können. Diese wichtige Verbrauchsinformation ist deshalb sogar gesetzlich zugelassen und darf ausdrücklich gemacht werden. Bei Einhaltung der Verzehrsempfehlung wird eine Menge an den o.g. Nährstoffen erreicht, die ausreicht, um die beschriebenen positiven Wirkungen zu erzielen; dies gilt für die Gesamtbevölkerung.

Kreatinhaltige (Creatin) Produkte sind nicht für Kinder und Jugendliche geeignet. Die Einnahme sollte insgesamt nur wenige Wochen betragen. Die Zufuhr von Kreatin kann zu einer Gewichtszunahme und vermehrter Wassereinlagerung in der Muskulatur führen.

Besonderheiten von POWERSTAR FOOD KREATIN PUR:

- **KreaCLEAN® / Creapure® ist Kreatinmonohydrat in unübertroffen reiner Form**
- **Mikrofein mit hervorragenden Schwebbeeigenschaften in Flüssigkeit**
- **3,6% Magnesium.**

Kreatingehalt von POWERSTAR FOOD KreaCLEAN® / Creapure®:

Kreatin-Monohydrat ist die Kreatinform, deren Wirkung umfangreich belegt ist. Zudem sind Verbindungen wie **Kreatin-AMG** oder **Kreatin-Malate** usw. für Lebensmittel nicht positiv gelistet. Eine angebliche bessere Verwertbarkeit dieser Kreatinverbindungen ist nicht wissenschaftlich belegt. Den wenigsten ist bekannt, dass diese Kreatinverbindungen einen deutlich geringeren **Kreatingehalt** aufweisen.

Zutaten: Kreatin Monohydrat 96,4% (KreaCLEAN® / Creapure®), Magnesiumcarbonat 3,6%

Verzehrempfehlung für POWERSTAR FOOD KREATIN PUR:

An den ersten 1-3 Tagen 2 mal über den Tag verteilt 5 g (1 gestr. POWERSTAR-Messlöffel=12,9g) **POWERSTAR FOOD KREATIN PUR** in ein Glas mit Fruchtsaft (am besten ist Traubensaft) oder Wasser einrühren und gleich trinken. Am besten vor dem Frühstück und nach dem Training. Ab dem 4. Tag 1 mal 3 g am Tag vor dem Frühstück.
Überschreiten Sie die angegebene tägliche Verzehrsmenge nicht.

Lagerung:

Dose immer verschlossen, kühl, trocken und außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Anbieter:

POWERSTAR FOOD
Nahrungsergänzungen GmbH
Hauptstr. 152
66424 Homburg
Tel:0684872123
www.powerstarfood.de

Nährwertangaben, Energieangaben und Zusammensetzung :

Nährwert - und Energieangaben (durchschnittlich)	pro 3 g KREATIN PUR	pro 100 g KREATIN PUR
Energie	0 kcal / 0 KJ	0 kcal / 0 kJ
Fett	0,00 g	0,00 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,00 g	0,00 g
Kohlenhydrate	0,00 g	0,00 g
davon Zucker	0,00 g	0,00 g
Eiweiß	0,00 g	0,00 g
Salz	0,005 g	0,16 g

Der Salzgehalt ist ausschließlich auf die Anwesenheit natürlich vorkommenden Natriums zurückzuführen.

Zusammensetzung(durchschnittlich) zugeetzte Menge	pro 3 g KREATIN PUR	pro 100 g KREATIN PUR
Kreatin Monohydrat KreaCLEAN®	2.892,00 mg	96,40 g
Magnesiumcarbonat	108,00 mg	3,60 g
entspricht Magnesium	27,00 mg	0,90 g

Die Nährwert - und Energieangaben sowie die Angaben der Zusammensetzung unterliegen den bei Lebensmittel üblichen Schwankungen.