

## **Natürlich. Rein. Hoch dosiert.**

Tri-Magnesium Dicitrat enthält im Vergleich zum üblichen Magnesium Citrat doppelt so viel elementares Magnesium und wird zudem viel schneller vom Körper aufgenommen. Dank seines neutralen bis leicht basischen pH-Wertes von über 8 ist unser Magnesium besonders verdauungsschonend.

4 Kapseln unseres Magnesiums enthalten 300 mg Magnesium.

### **4 Kapseln pro Tag enthalten 80 %\* Magnesium, das u. a. wichtig ist für:**

- Die Erhaltung normaler Knochen und Zähne
- Eine normale Muskelfunktion, Elektrolytgleichgewicht und normale Eiweißsynthese
- Die Verringerung von Erschöpfung
- Einen normalen Energiestoffwechsel
- Normale psychische Funktionen
- Normale Funktionen des Nervensystems
- Eine normale Funktion bei der Zellteilung

*\* % der Tagesreferenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen*

## **Hintergrundwissen**

Tri-Magnesiumdicitrat ist ein wasserfreies, positiv geladenes Magnesium, gebunden an negativ geladenes Citrat in einem Verhältnis von 3:2.

100 g Tri-Magnesiumdicitrat enthalten circa 50 % mehr elementares Magnesium (15,7 % statt 8 – 9 %) als wasserhaltiges Magnesiumcitrat. Dadurch nimmt man mit einer geringeren Menge Tri-Magnesiumdicitrat mehr reines Magnesium auf.

Tri-Magnesium Dicitrat hat einen neutralen bis schwach basischen pH-Wert (7-8), was die Verdauung schont.

Generell ist Magnesium ein Mineral, das für die Aufrechterhaltung zahlreicher Körperfunktionen elementar wichtig ist. Es kommt vor allem in Vollkornprodukten, Bohnen, Nüssen und grünem Gemüse vor. Die empfohlene Tagesdosis für Jugendliche ab 16 Jahren sowie Erwachsene liegt zwischen 300 und 400 mg.

## **Einnahme**

### **Einnahmeempfehlung:**

*Menge:* 2 x 2 Kapseln / Tag\*

*Wann:* Im Abstand von mind. 4 Std.

*Wie:* Unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit

*Hinweis:* Das Produkt kann eine abführende Wirkung aufweisen.

\*Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

## **Inhaltsstoffe/Nährwerte**

**Inhaltsstoffe:** 100% Tri-Magnesium Dicitrat, Hydroxypropylmethylcellulose\*

*\*Kapselmaterial pflanzlichen Ursprungs*

**Herstellung:** Deutschland