

Allnutrition BCAA 2:1:1 Pure 500 g Erdbeere

Preis:20,39 €



Beschreibung im Wörterbuch

Einheitspreis	500 g
Form	Pulver
Inhalt	500 g
Kategorie	Nahrungsergänzungsmittel
Marke Hersteller	ALLNUTRITION
Versand	in 48h

Produktbeschreibung

Merkmale BCAA 2:1:1 ist der Eckpfeiler jeder Supplementierung. Die Kombination von Leucin, Isoleucin und Valin in einem Verhältnis von 2:1:1 ist der Schlüssel zu einer effektiven Erholung nach dem Training, zur Reduzierung des Katabolismus während des Trainings und zum Aufbau reiner Muskelmasse. BCAA 2:1:1 sollte sowohl während einer Reduktionsphase als auch beim Masseaufbau verwendet werden. Das 2:1:1 Aminosäurenverhältnis ist optimal für unseren Körper und garantiert die bestmögliche Ausnutzung, sowohl des anabolen als auch des antikatabolen Potentials der Supplementierung mit verzweigtkettigen Aminosäuren. **Indikationen** BCAAs, oder verzweigtkettige Aminosäuren, gehören zu den beliebtesten Nahrungsergänzungsmitteln für körperlich aktive Menschen. Das liegt daran, dass sowohl die alltägliche Praxis als auch die Ergebnisse wissenschaftlicher Untersuchungen ihre positive Wirkung auf die sportliche Form im Allgemeinen bestätigen. Zu den BCAAs gehören Leucin, Isoleucin und Valin, die ebenfalls zur Gruppe der essenziellen Aminosäuren, den so genannten exogenen Aminosäuren, gehören, d. h. Aminosäuren, die mit der Nahrung oder in Form eines Supplements zugeführt werden müssen, weil der Körper sie nicht selbst synthetisieren kann. Im Gegensatz zu anderen eiweißbildenden Aminosäuren zeichnen sich BCAAs dadurch aus, dass sie nicht in der Leber, sondern hauptsächlich im Muskelgewebe verstoffwechselt werden. **Wirkung** - Leucin - gilt als eine der wichtigsten Aminosäuren für den Körper des Sportlers. Leucin hat eine positive Wirkung auf den Prozess des Fettabbaus und trägt zu einer verbesserten Körperzusammensetzung bei. Diese Aminosäure ist universell in allen Sportdisziplinen anwendbar, unabhängig von ihrem Niveau. Ohne eine ausreichende Menge dieser Aminosäure ist der Prozess der Muskelproteinsynthese deutlich langsamer. - Valin - schützt die Muskelzellen vor dem Katabolismus und erhöht in der Folge die Geschwindigkeit der Reparaturprozesse. Valin beeinflusst auch die Neurotransmitterwerte und -beziehungen und verzögert so den Beginn der Ermüdung während des Trainings. Valin schützt die Leber (hepatoprotektive Wirkung). - Isoleucin - nimmt am Prozess der Proteinsynthese teil, ist für die Hemmung kataboler Reaktionen verantwortlich und stimuliert regenerative Prozesse in unserem Organismus. Isoleucin kann die Umwandlung von Glukose in natürliche Energie vermitteln und den Blutzuckerspiegel regulieren. Diese Aminosäure unterstützt die Regeneration des Muskelgewebes und der Muskelfasern. **Empfohlene Verzehrmenge** Empfohlen werden 1 bis 2 Portionen pro Tag. Eine Portion entspricht 10g des Produktes aufgelöst in 150ml Wasser oder Saft. An Trainingstagen - eine Portion vor dem Training und eine Portion nach dem Training. An trainingsfreien Tagen - eine Portion am Morgen auf nüchternen Magen. Nahrungsmittel. Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung und richtet sich in erster Linie an Personen, die trainieren. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden. Bitte beachten Sie: Verschließen Sie die Verpackung nach dem Gebrauch immer. Trocken und kühl lagern, außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern.