

Allnutrition BCAA Max Support 1000 g Zitrone

Preis: 32,54 €



Beschreibung im Wörterbuch

Einheitspreis	1 kg
Form	Pulver
Inhalt	1 kg
Kategorie	Nahrungsergänzungsmittel
Marke Hersteller	ALLNUTRITION
Versand	in 48h

Produktbeschreibung

Charakteristika BCAA MAX SUPPORT ist ein Komplex aus verzweigtkettigen BCAA-Aminosäuren im Verhältnis 2:1:1 (L-Leucin:L-Valin:L-Isoleucin), der entwickelt wurde, um den Körper sowohl während als auch nach dem Training zu unterstützen. BCAA Max Support wurde zusätzlich mit L-Glutamin und Taurin angereichert. ALLNUTRITION BCAA MAX SUPPORT ist unersetzlich vor und nach dem Training

Indikationen BCAA MAX SUPPORT kann eine wertvolle Ergänzung der Ernährung von körperlich aktiven Menschen, insbesondere von Leistungssportlern, sein. Die Angemessenheit der Einnahme hängt jedoch von mehreren Faktoren ab, wie der Körperzusammensetzung, dem Zweck und der Art der Ernährung sowie der Häufigkeit und Intensität der Trainingseinheiten. Je geringer der Körperfettanteil, je tiefer das Kaloriendefizit, je geringer die Kohlenhydratzufuhr und je härter und häufiger das Training, desto mehr Nutzen kann aus der Einnahme von BCAA MAX SUPPORT gezogen werden und desto höhere Dosierungen dieser Aminosäuren sind sinnvoll. **BCAAs - was sind sie?** 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 allgemein bekannte sportliche Form bestätigen. Die abgekürzte Bezeichnung BCAA stammt von dem englischen Begriff branched-chain amino acids, was übersetzt "verzweigtkettige Aminosäuren" bedeutet. Der Name ergibt sich aus der spezifischen Struktur dieser Verbindungen. 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 von Nahrungsergänzungsmitteln zugeführt werden müssen, weil der Körper sie nicht selbst synthetisieren kann. Im Gegensatz zu anderen proteinbildenden Aminosäuren zeichnen sich BCAAs durch ihre chemische Struktur aus, genauer gesagt durch das Vorhandensein einer verzweigten aliphatischen Seitenkette, und durch die Tatsache, dass sie nicht in der Leber, sondern hauptsächlich im Muskelgewebe verstoffwechselt werden. **Anwendung** Für eine aktive Person wäre es ideal, BCAA MAX SUPPORT vor und nach dem Training einzunehmen. Die optimale Dosis, die die erwarteten Wirkungen in unserem Körper hervorruft, beträgt 10 g. Um die vollen schützenden Eigenschaften von Allnutrition BCAA MAX SUPPORT zu erhalten, lohnt es sich, es auf nüchternen Magen oder während längerer Trainingseinheiten einzunehmen. **Empfohlene Portion** 1 bis 2 Portionen pro Tag. Eine Portion entspricht 7,5 g des Produkts, aufgelöst in 150 ml 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. Nahrungsergänzungsmittel. Das Produkt ist nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung gedacht und richtet sich in erster Linie an Trainierende. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden. Achtung: Die Verpackung nach dem Gebrauch stets verschließen. An einem trockenen und kühlen Ort außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.