

## ALLNUTRITION Beta Alanin 250 g Himbeere-Erdbeere



Preis:16,79 €

## Beschreibung im Wörterbuch

Einheitspreis	250 g
Form	Pulver
Inhalt	250 g
Kategorie	Nahrungsergänzungsmittel
Marke Hersteller	ALLNUTRITION
Versand	in 48h

## Produktbeschreibung

**Merkmale** ALLNUTRITION - BETA ALANINE ist ein Nahrungsergänzungsmittel auf Basis der Aminosäure Beta-Alanin. Beta-Alanin ist eine organische chemische Verbindung aus der Gruppe der Aminosäuren. Es ist ein starker Vorläufer von Carnosin, das den pH-Abfall puffert, der unter anderem mit der Bildung von Milchsäure in den Muskeln während des Trainings einhergeht. Aus diesem Grund ist es ein hervorragendes Ergänzungsmittel nach dem Training, das die Regeneration beeinflusst, die körperliche Ermüdung reduziert und eine antikatabole Wirkung hat. **Wirkung** Beta-Alanin hat eine enorme Wirkung nicht nur auf die Erholung von geschädigtem Muskelgewebe, sondern nährt auch das Muskelgewebe und erhöht die Kontraktibilität der Muskelfasern, so dass diese mit höherer Intensität arbeiten können, was zu einer verlängerten und erhöhten Trainingsintensität führt. Infolgedessen hilft Beta-Alanin nicht nur, den Katabolismus zu reduzieren und den Anabolismus der Muskelmasse zu verbessern, sondern es verbessert auch die Leistung während des Trainings selbst, was es zu einer idealen Ergänzung während der Periode des Aufbaus von Kraft und Muskelgewebe macht. **Indikationen** Beta-Alanin ist für Athleten in Ausdauer- und Kraftsportarten bestimmt, insbesondere während Phasen intensiven Trainings. **Empfohlene Dosierung** 1 Portion von 4 g (1 Messlöffel) in 170 ml Wasser auflösen. In geteilten Portionen verzehren. Für aromatisierte Versionen. Am besten eine Portion morgens nach dem Aufwachen und eine Portion vor dem Training verzehren. Die Nahrungsergänzung. 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. Achtung: Den Behälter nach dem Gebrauch stets verschließen. Trocken und kühl lagern, außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern.