

# ALLNUTRITION Gainer Delicious 1000 g Strawberry Ice Cream



Preis: 14,62 €

## Beschreibung im Wörterbuch

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

## Produktbeschreibung

**Merkmale** ALLNUTRITION GAINER DELICIOUS ist ein köstlicher Kohlenhydrat- und Protein-Gainer, der entwickelt wurde, um sowohl die Bausteine für die Muskeln als auch die für das Training erforderliche Energie zu liefern. Die in GAINER DELICIOUS verwendeten Kohlenhydrate zeichnen sich durch unterschiedliche Resorptionszeiten aus, die eine allmähliche Energiezufuhr gewährleisten, während das Protein eine Kombination aus Buttermilch und Molkenproteinkonzentrat ist. Das Eiweiß trägt zum Wachstum der Muskelmasse bei. GAINER DELICIOUS ist ein Nährstoff, bei dem der Kohlenhydratgehalt etwa 61-66% der Gesamtzusammensetzung ausmacht. Darüber hinaus enthält es 20 Gramm Eiweiß und nur 2,9-3,6 Gramm Fett pro 100 Gramm Produkt. Aufgrund der unterschiedlichen Absorptionszeiten von Kohlenhydraten führt GAINER DELICIOUS zu einer verlängerten Energiefreisetzung. **Wirkung** Die Wirkung von GAINER DELICIOUS hängt von dem Zeitpunkt ab, zu dem es dem Körper zugeführt wird: 1. Die Einnahme von Gainer vor dem Training liefert Energie und verzögert das Auftreten von Ermüdungserscheinungen während des Trainings. 2. Unmittelbar nach dem Training eingenommen, baut es die Muskelglykogenspeicher wieder auf und unterstützt anabole Prozesse. **Anwendung** Abhängig von der Ernährung, den Gewohnheiten und dem Appetit. Es ist eine gute Idee, Gainer zu Ihrer Mahlzeit nach dem Training zu trinken. Die hohe Dosis an Kohlenhydraten stimuliert das Insulin, das als aufbauendes Hormon auch Aminosäuren zu den Geweben des Körpers transportiert und andere in der Mahlzeit enthaltene Vollwertnährstoffe, um die Erholungsprozesse zu verbessern. **Empfohlene Portion** 2 Messlöffel Pulver (100g) sollten in 250-300ml Wasser aufgelöst werden. Verzehren Sie 1 Portion täglich morgens vor oder nach dem Training. Das Produkt ist für Erwachsene bestimmt, die sehr anstrengende und lang andauernde Übungen durchgeführt haben, die zu Muskelermüdung und Erschöpfung der Glykogenspeicher in den Skelettmuskeln führen. Nicht verwenden, wenn Sie auf einen der Produktbestandteile allergisch sind. Kann Soja enthalten. Das Produkt darf nicht von schwangeren Frauen und stillenden Müttern verwendet werden. Das Nahrungsergänzungsmittel darf nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise werden empfohlen. Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Der Proteingehalt des Produkts ist auf Trockengewichtbasis angegeben.