

ALLNUTRITION Kreatin-Monohydrat Xtracaps 180 Kapseln

Preis: 25,18 €



Beschreibung im Wörterbuch

Form	Kapseln
Inhalt	180 kapsulek
Kategorie	
Marke Hersteller	SFD
Versand	in 24h

Produktbeschreibung

Was ist Kreatinmonohydrat? CREATINE MONOHYDRATE XTRACAPS ist eines der sichersten und wirksamsten Nahrungsergänzungsmittel auf dem Markt, gerade weil seine Wirkung durch zahlreiche Untersuchungen bestätigt wurde. Kreatinmonohydrat eignet sich ideal für Personen, die diese Art von Nahrungsergänzung zum ersten Mal verwenden. Es gibt viele Studien, die die Wirkung und Effektivität der Einnahme von CREATINE MONOHYDRATE XTRACAPS bestätigen. **Wirkung der Einnahme** Die Wirkung der Einnahme von CREATINE MONOHYDRATE XTRACAPS besteht darin, die Kreatinspeicher in den Muskeln in Form von Phosphokreatin zu erhöhen, was zu mehr Wiederholungen einer bestimmten Übung während des Trainings führt. In den Muskelzellen gelangt das Kreatin in die Mitochondrien, wo es sich in Phosphokreatin umwandelt und dann für die Übertragung von ATP (Adenosintri-phosphat) im Körper verantwortlich ist. Auf diese Weise kann die Trainingsintensität auf einem hohen Niveau gehalten werden, insbesondere beim Krafttraining und beim Ausdauertraining. Die Einnahme von CREATINE MONOHYDRATE XTRACAPS beschleunigt den Zuwachs an fettfreier Körpermasse aufgrund seiner anabolen Wirkung und reduziert außerdem den Abbau von Muskelgewebe (Katabolismus). **Eigenschaften** Taurin ist eine vielseitige Aminosäure, und eine ihrer Haupteigenschaften ist die Unterstützung der Muskelregeneration nach dem Training. Aus diesem Grund ist Taurin in der Zusammensetzung von CREATINE MONOHYDRATE XTRACAPS enthalten. Außerdem hat Taurin eine ähnliche antikatabole Wirkung wie Glutamin. Beide Substanzen speichern und transportieren Stickstoff, der eine Schlüsselrolle bei der Wiederherstellung von geschädigtem Gewebe nach dem Training spielt. Dank des Stickstoffs können die Gewebe selbst Proteine produzieren, um ihre Strukturen wieder aufzubauen, und müssen nicht auf Aminosäuren zurückgreifen, die aus abgebauten Muskelproteinen gewonnen werden. Der Abbauprozess wird somit gehemmt und die Regeneration des Körpers verläuft ohne Verluste.