

Recovery Shake

+ Whey + Peptide + Leucin + Glutamin

Produktebeschreibung

SPONSER Recovery Shake ist eine ausgewogene Kombination von mehrkettigen Kohlenhydraten, hochwertigen Proteinen sowie allen notwendigen Vitaminen und Mineralstoffen. Die kurz-, mittel- und langkettigen Kohlenhydrate bewirken eine zeitlich gestaffelte Energiefreigabe für hartes Training und fördern die Glycogeneinlagerung und die Regeneration. Die Proteinqualität wird verstärkt durch die Verwendung von PEPTOPRO und weiteren Proteinhydrolysaten sowie der Anreicherung mit den freien Aminosäuren Leucin und Glutamin.

Recovery Shake erhöht die Aminosäurenkonzentration im Blut sowie die Aufnahmefähigkeit der Zellen und fördert damit die Proteinsynthese resp. die schnelle Erholung der beanspruchten Muskulatur.

- Molkenproteinisolat aus Cross Flow Microfiltration mit 25% BCAA in Reinprotein und hochwertigen Co-Faktoren für Wachstum und Abwehrkräfte
- Mikrogranuliertes Molkenprotein ermöglicht eine langanhaltende Verfügbarkeit der hochwertigen, naturbelassenen Molkenproteine.
- Proteinhydrolysate liefern schnellverfügbare Peptide, welche vom Körper rasch aufgenommen und optimal verstoffwechselt werden.
- Die freien Aminosäuren Leucin und Glutamin werden bei intensivem Sport in erhöhtem Masse benötigt.
- Wichtige Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente.



Vorteile

- Kombiniert hochwertige Protein- und Kohlenhydratquellen von kurzer und auch langer Verfügbarkeit
- Breites Wirkungsspektrum: Proteinsynthese, Glycogeneinlagerung, Abwehrkräfte
- Verstärkt mit PEPTOPRO und je 3000 mg der Aminosäuren L-Leucin und L-Glutamin pro 100 g
- Angereichert mit Vitaminen und Mineralstoffen



Anwendung

Zur optimalen Erholung innert 1 h vor und/oder nach der Belastung einnehmen. 1-2 Shakes täglich.



Zutaten

Milchproteine, Molkenproteinkonzentrat und -Isolat, Saccharose, Fructose, (Kakaopulver: nur Choco-Version), Magermilchpulver, Proteinhydrolysate (Casein, Kartoffel, Ei), Maltodextrin, L-Leucin, L-Glutamin, Dextrose, Verdickungsmittel, Aromen, Mineralstoffe, Sojalecithin, Vitamine.

Recovery Shake

+ Whey + Peptide + Leucin + Glutamin

Aromen / Gebinde / Nährwerte

Vanilla, Banana, Chocolat. Dosen à 800 g.

Nährwert (Bsp. Banane)	per 100 g Pulver		1 Shake = 40 g Pulver + 300 ml Magermilch	
Energie kJ (kcal)	1590 (375)		1060 (250)	
Protein	22 g		18.4 g	
Kohlenhydrate	70 g		43 g	
Fett	0.6 g		0.5 g	
Vitamine		%ETD*		%ETD*
A	462 µg	58%	185 µg	23%
D	3 µg	60%	1.2 µg	24%
E	6 mg	60%	2.4 mg	24%
C	27 mg	45%	10.8 mg	18%
B1	0.7 mg	47%	0.3 mg	19%
B2	1 mg	60%	0.4 mg	24%
Niacin(e)	10.8 mg	60%	4.3 mg	24%
B6	0.9 mg	45%	0.4 mg	18%
Folsäure	120 µg	60%	48 µg	24%
B12	0.8 µg	84%	0.5 µg	49%
Pantothensäure	1.8 mg	30%	0.9 mg	15%
Mineralstoffe		%ETD*		%ETD*
Calcium	200 mg	25%	440 mg	55%
Magnesium	120 mg	40%	80 mg	27%
Phosphor	200 mg	25%	380 mg	48%
Eisen	6.5 mg	46%	2.6 mg	19%
Zink	5 mg	33%	2.0 mg	13%
Iod	25 µg	17%	10 µg	7%
Kalium	400 mg	--	610 mg	--
Kupfer	0.6 mg	--	0.24 mg	--
Chrom	75 µg	--	30 µg	--
Selen	20 µg	40%	10 µg	16%

* Empfohlene Tagesdosis