

Creatina in Polvere 200 gr Creapure 100% Neutra

EAN: 8436540536563

FABRICANTE: VIT.O.BEST



L'elevata concentrazione di creatina nei muscoli aiuta a migliorare le prestazioni fisiche in serie successive di esercizi brevi e ad alta intensità, motivo per cui la creatina monoidrato in polvere di Vitobest® è progettata per gli atleti ad alte prestazioni.

DESCRIPCIÓN

Creatina Vitobest nella sua formula contiene creatina monoidrato di **Creapure®**, l'unico marchio che è riuscito a combinare i tre componenti elementari di qualità per la produzione di questo principio attivo:

- Accurata selezione delle materie prime.
- Massima capacità tecnologica (grazie ad una tecnica di processo altamente avanzata in condizioni GMP).
- Metodi analitici scrupolosi.

Vantaggi della creatina Vitobest

- Aumento di potenza.
- Miglioramento del recupero massimo della forza tra gli sforzi.
- Maggiore disponibilità di energia per effettuare le contrazioni muscolari.
- Usi: Pre allenamento (Pre Workout) e Post allenamento (Post Workout).
- Ritardo nella comparsa della fatica e aumento della massa muscolare magra.
- Creatina monoidrato (**Creapure®**).
- Ideale per atleti ad alte prestazioni.
- Un'assunzione giornaliera di 3 g di creatina migliora le prestazioni fisiche in serie successive di esercizi brevi e ad alta intensità.
- Adatto ai celiaci.

Allergeni: non contiene. Senza glutine.

Ingredienti: creatina monoidrato (Creapure®) pura al 99,99%.



Creatina in Polvere 200 gr Creapure 100% Neutra

EAN: 8436540536563 FABRICANTE: VIT.O.BEST



Composizione per 3 gr

Creapure®

creatina monoidrato 3000 mg

Informazioni nutrizionali per 3 gr ogni 100 g

Valore energetico	37,66 kJ	1255,2 kJ
	9 kcal	300 kcal
Grassi	0 g	0 g
di cui saturi	0 g	0 g
Carboidrati	0 g	0 g
di cui zuccheri	0 g	0 g
Proteine (amminoacidi)	0 g	0 g
Sale	0 g	0 g

Istruzioni per l'uso

Prendere un misurino raso (3 g) prima dell'allenamento.

Creapure®: efficace e pura

Nella sua funzione di aiutare a trasportare l'energia sotto forma di fosforilcreatina all'interno delle cellule, la creatina è un integratore alimentare naturale per gli atleti. L'assunzione extra di creatina aumenta le riserve di fosforilcreatina nei muscoli. Ciò a sua volta migliora le prestazioni e aiuta il recupero, sia in allenamento che in gara.

La purezza della creatina è importante quanto la sua efficacia. Alzchem AG ha sviluppato un processo molto sicuro per produrre un prodotto ultrapuro. Abbiamo costruito le nostre strutture in Germania dedicate alla produzione di creatina. Questo, oltre a regolari controlli di qualità interni ed esterni, insieme



Creatina in Polvere 200 gr Creapure 100% Neutra

EAN: 8436540536563

FABRICANTE: VIT.O.BEST



a continue analisi scientifiche, aiuta a garantire che la qualità di ciascun lotto di produzione sia la migliore possibile.

Alzchem commercializza la creatina monoidrato con il marchio Creapure® ai principali produttori di integratori nutrizionali per lo sport in tutto il mondo. I produttori che utilizzano il logo Creapure® sulla confezione dimostrano che il prodotto contiene un ingrediente di alta qualità proveniente da una fonte attendibile in Germania.

Creapure® per energia e resistenza

La creatina svolge un ruolo primario nel trasporto e nello stoccaggio dell'energia in ciascuna cellula del corpo umano. Nel corpo di un adulto si trovano tra gli 80 ed i 130 grammi di questa sostanza naturale. Tuttavia, il corpo digerisce ed espelle quotidianamente tra l'1 e il 2% di creatina e la sua scorta deve essere reintegrata regolarmente. Una parte può essere sintetizzata da diversi organi ed il resto deve essere assorbito attraverso l'alimentazione. Vale quanto segue: la creatina si trova in quantità rilevanti solo nella carne e nel pesce, ma non nelle verdure o nei latticini.

Creapure® per muscoli e forza

I muscoli e la forza vengono sviluppati e costruiti attraverso l'esercizio. Durante l'esercizio, i muscoli sono in azione e svolgono compiti lavorativi per i quali è necessaria energia. Questa energia viene estratta dai carboidrati e dai grassi e viene resa disponibile alle cellule muscolari attraverso vari processi metabolici. La creatina e la sua forma energetica, la creatina fosfato, svolgono un ruolo importante in questo apporto energetico, soprattutto quando il muscolo entra in azione dopo il riposo e quando è necessario disporre di una maggiore quantità di energia in breve tempo.

Creapure® negli sport ad alte prestazioni

La creatina è una sostanza corporea formata nel fegato e nei reni dagli aminoacidi glicina, arginina e metionina. La creatina e la creatina fosfato svolgono un ruolo importante nel fornire energia al corpo. Dagli anni '90, molti atleti e scienziati hanno scoperto che la creatina sotto forma di creatina monoidrato è l'integratore alimentare più efficace per migliorare e aumentare i livelli di esercizio, la forza muscolare e la massa corporea magra. Gli atleti di molte discipline, come il ciclismo, lo sprint, il nuoto e il calcio, assumono la creatina da molti anni con ottimi risultati.



Creatina in Polvere 200 gr Creapure 100% Neutra

EAN: 8436540536563 FABRICANTE: VIT.O.BEST



La creatina è classificata come integratore di categoria A da diverse organizzazioni sportive, tra cui l'Australian Institute of Sport, lo Swiss Olympic Board e la Swiss Society of Sports Nutrition. Ciò significa che l'effetto di miglioramento delle prestazioni dell'assunzione di creatina viene riconosciuto e supportato in determinate situazioni.

Più energia con la creatina

In caso di stress breve e intenso, come uno sprint o un carico forzato, i muscoli necessitano di livelli di energia più elevati nel più breve tempo possibile. Pertanto, all'inizio di questo esercizio anaerobico (che coinvolge processi metabolici senza ossigeno), le cellule muscolari devono ricorrere a fonti di energia immediatamente disponibili. Questi vengono immagazzinati nell'organismo sotto forma di sostanze adenosina trifosfato (ATP) e creatina fosfato. La maggiore disponibilità di creatina e creatina fosfato aumenta l'apporto energetico e porta a prestazioni migliori. Pertanto, l'ATP e la creatina fosfato aiutano a ridurre il tempo necessario affinché la scomposizione del glucosio (glicolisi), del glicogeno (glicogenolisi) e dei grassi (lipolisi e ossidazione degli acidi grassi) possa rilasciare più energia.

Inoltre, la creatina porta ad un aumento della massa muscolare e della forza.

Creapure®, la fonte di pura creatina monoidrato

Creapure® è il marchio della creatina monoidrato prodotta da Alzchem AG in Germania. Il nostro stabilimento di produzione appositamente costruito si trova nella città bavarese di Trostberg ed è soggetto ai più alti standard in termini di qualità, pulizia e sicurezza. Ogni lotto di Creapure® viene meticolosamente testato per garantirne la purezza prima di lasciare la fabbrica. Creapure® è sulla Lista di Colonia®. Ciò significa che viene testato regolarmente presso l'Olympiastützpunkt Rheinland in Germania per verificare la contaminazione da steroidi o altri stimolanti. A proposito, la creatina non è presente nell'elenco delle sostanze proibite della WADA (Agenzia mondiale antidoping).

Altri effetti della creatina

La creatina monoidrato aiuta a stabilizzare il pH cellulare (acidità). Ciò è particolarmente importante nei casi di stress intenso, in cui il liquido intracellulare tende a diventare iperacido. Inoltre, la creatina svolge anche un ruolo nell'equilibrio delle varie fonti di energia aerobica e anaerobica (ad esempio, la glicolisi) disponibili per le cellule. L'uso di integratori di creatina può essere utile anche in ambito riabilitativo. Ciò aiuta da un lato a ridurre la perdita di massa muscolare durante l'immobilizzazione, ma favorisce anche l'accumulo di massa muscolare e forza durante l'allenamento riabilitativo.

