

## Creatina Powder 200 gr Creapure 100% Neutra

EAN: 8436540536563    FABRICANTE: VIT.O.BEST



L'alta concentració de creatina en músculs ajuda a millorar el rendiment físic en sèries successives d'exercicis breus d'alta intensitat, per això Creatine Monohydrate Polvo, de Vitobest®, està dissenyat per a atletes d'alt rendiment.

### DESCRIPCIÓ

Creatina Vitobest a la seva fórmula conté creatina monohidrat de **Creapure®**, l'única marca que ha aconseguit combinar els tres components elementals de qualitat per a l'elaboració d'aquest ingredient actiu:

- Acurada selecció de matèries primeres.
- Màxima capacitat tecnològica (gràcies a una tècnica de processos summament avançada sota condicions GMP).
- Escrupolosos mètodes analítics.

### Beneficis de la Creatina Vitobest

- Augment de la Potència.
- Millora de la recuperació de la força màxima entre els esforços.
- Major disponibilitat d'energia per efectuar les contraccions musculars.
- Usos: Pre Entreno ( Pre Workout ) i Post Entreno ( Post Workout ).
- Un retard de l'aparició de la fatiga i increment de massa muscular lliure de greix.
- Monohidrat de creatina ( **Creapure®** ).
- Ideal per a atletes d'alt rendiment.
- Una ingesta diària de 3 g de creatina millora el rendiment físic en successives sèries d'exercicis breus d'alta intensitat.
- Apte per a persones celíaqües.

**Al·lèrgens:** no conté. Sense gluten.

**Ingredients:** creatina monohidrat (Creapure®) d'un 99,99% de puresa.



## Creatina Powder 200 gr Creapure 100% Neutra

EAN: 8436540536563

FABRICANTE: VIT.O.BEST



### Composició per 3 g

#### Creapure®

Monohidrat de creatina 3000 mg

### Informació Nutricional per 3 g per 100 g

<b>Valor energètic</b>	<b>37,66 kJ</b>	<b>1255,2 kJ</b>
	<b>9 kcal</b>	<b>300 kcal</b>
<b>Greixos</b>	<b>0 g</b>	<b>0 g</b>
de les quals saturades	0 g	0 g
<b>Carbohidrats</b>	<b>0 g</b>	<b>0 g</b>
dels quals sucres	0 g	0 g
<b>Proteïnes (aminoàcids)</b>	<b>0 g</b>	<b>0 g</b>
<b>Sal</b>	<b>0 g</b>	<b>0 g</b>

### Utilització

Prendre un dosificador ras (3 g) abans d'entrenar.

#### Creapure® - efectiva i pura

En la seva funció d'ajudar a transportar energia en forma de fosforilcreatina dins de les cèl·lules, la creatina és una opció natural de suplement dietètic per a esportistes. Prendre creatina extra augmenta les reserves de fosforilcreatina als músculs. Això alhora millora el rendiment i ajuda a la recuperació, tant en entrenaments com en competició.

La puresa de la creatina és tan important com la seva efectivitat. Alzchem AG ha desenvolupat un procés



## Creatina Powder 200 gr Creapure 100% Neutra

EAN: 8436540536563    FABRICANTE: VIT.O.BEST



molt segur per fabricar un producte ultrapur. Hem construït les nostres pròpies instal·lacions a Alemanya dedicades a la fabricació de creatina. Això, més controls regulars de qualitat interns i externs, juntament amb una contínua anàlisi científica, ajuda a assegurar que la qualitat de cada lot de producció és la millor possible.

Alzchem comercialitza creatina monohidrat sota la marca Creapure® als principals productors de suplementos nutricionals esportius de tot el món. Els fabricants que usen el logotip Creapure® als embalatges mostren que el producte conté un ingredient de gran qualitat i origen de confiança d'Alemanya.

### Creapure® per obtenir energia i resistència

La creatina juga un paper primordial en el transport i l'emmagatzematge de l'energia en cadascuna de les cèl·lules del cos humà. En un cos adult, hi ha entre 80 i 130 grams d'aquesta substància corporal natural. Tot i això, el cos digereix i excreta entre un ui un dos per cent de creatina diàriament i cal reposar les seves existències regularment. Una part pot ser sintetitzada per diferents òrgans i la resta s'ha d'absorbir a través dels aliments. S'aplica el següent: La creatina es troba en quantitats rellevants només a la carn i el peix, però no en verdures o productes lactis.

### Creapure® per als músculs i fortalesa

Els músculs i la força es desenvolupen i es construeixen mitjançant l'exercici. Durant l'exercici, els músculs estan en acció i fan tasques de treball, per a les quals es necessita energia. Aquesta energia s'extreu dels hidrats de carboni i els greixos i es posa a disposició de les cèl·lules musculars a través de diversos processos metabòlics. La creatina i la seva forma energètica, el fosfat de creatina, tenen un paper important en aquest subministrament d'energia, sobretot quan el múscul entra en acció després del repòs i quan cal disposar d'una quantitat més gran d'energia en poc temps.

### Creapure® en esports d'alt exercici

La creatina és una substància corporal formada al fetge i els ronyons a partir dels aminoàcids glicina, arginina i metionina. La creatina i el fosfat de creatina tenen un paper important en el subministrament d'energia al cos. Des de la dècada dels 1990, molts atletes i científics han descobert que la creatina en forma de creatina monohidrat és el suplement dietètic més eficaç per millorar i augmentar els nivells d'exercici, la força muscular i la massa corporal lliure de greix. Els atletes de moltes disciplines, com



## Creatina Powder 200 gr Creapure 100% Neutra

EAN: 8436540536563    FABRICANTE: VIT.O.BEST



ciclisme, curses de sprint, natació i futbol, han pres creatina durant molts anys amb excel·lents resultats.

La creatina està classificada com a suplement de la categoria A per diverses organitzacions esportives, com l'Institut Australià de l'Esport, la Junta Olímpica Suïssa i la Societat Suïssa de Nutrició Esportiva. Això vol dir que l'efecte de millora del rendiment de la ingesta de creatina es reconeix i recolza en determinades situacions.

### Més energia amb creatina

En cas d'estrès breu i intens, com ara carreres d'esprint o càrregues forçades, els músculs necessiten nivells més alts d'energia en el menor temps possible. Per tant, al començament d'aquest exercici anaeròbic (que implica processos metabòlics sense oxigen), les cèl·lules musculars han de recórrer a fonts d'energia que estiguin disponibles immediatament. Aquests s'emmagatzemen al cos en forma de les substàncies trifosfat d'adenosina (ATP) i fosfat de creatina. La disponibilitat més gran de creatina i fosfat de creatina augmenta el subministrament d'energia i condueix a un millor rendiment. Per tant, l'ATP i el fosfat de creatina ajuden a reduir el temps fins que la descomposició de la glucosa (glucòlisi), el glucogen (glucogenòlisi) i el greix (lipòlisi i oxidació d'àcids grassos) poden alliberar més energia.

A més, la creatina porta a un augment de la massa i la força muscular.

### Creapure®, la font de creatina monohidrat pura

Creapure® és la marca del creatina monohidrat produït per Alzchem AG a Alemanya. La nostra planta de producció especialment dissenyada està ubicada a la ciutat bavaresa de Trostberg i està subjecta als estàndards més alts en termes de qualitat, neteja i seguretat. Cadascun dels lots de Creapure® es prova meticulosament per garantir la puresa abans de sortir de fàbrica. Creapure® es troba a la Cologne List®. Això vol dir que es prova regularment a Olympiastützpunkt Rheinland a Alemanya per comprovar si hi ha contaminació per esteroides o altres estimulants. A propòsit, la creatina no es troba a la llista de substàncies prohibides de la WADA (Agència Mundial Antidoping).

### Altres efectes de la creatina

El creatina monohidrat ajuda a estabilitzar el pH cel·lular (acidesa). Això és particularment important en casos d'estrès intensiu, en què el fluid intracel·lular tendeix a la hiperacidesa. A més, la creatina també juga un paper en l'equilibri de les diferents fonts d'energia aeròbiques i anaeròbiques (p. ex., glucòlisi) disponible per a les cèl·lules. L'ús de suplementes de creatina també pot ser útil per a rehabilitacions. D'una banda, això ajuda a reduir la pèrdua de massa muscular durant la immobilització però també





## Creatina Powder 200 gr Creapure 100% Neutra

EAN: 8436540536563    FABRICANTE: VIT.O.BEST




afavoreix l'acumulació de massa muscular i força durant l'entrenament de rehabilitació.

Preus vàlids excepte canvis a la nostra web. IVA inclòs. Doc. Version bf-trf-G-20241117  
<https://bio-farma.es/comprar/f/vit-o-best/creatina-powder-200-gr-creapure-100-neutra>

<https://bio-farma.es> - [info@bio-farma.es](mailto:info@bio-farma.es)

C/ Vermell, 20 3r 3a - 17252  
St. Antoni de Calonge (Girona) Spain

 +34 696 79 77 77

