

Schnellkraft wie z.B. Fußball, Tennis, Handball

Dieses Ernährungszusatz-Programm ist für Schnelligkeitssport, kurze und intensive Anstrengung wie z.B.

Fußball, Tennis, Handball, Basketball, Ringen, Judo, Boxen, Karate.

Was Sie wann und wie viel mal zu sich nehmen sollten, zeigt Ihnen ganz einfach die folgende

Tabelle.....

Produkt	Morgens	9.00 Uhr	Mittags	16.00 Uhr	1/2 Std. vor dem Training	nach dem Training	Abends	vor dem Schlafen
Weight Gainer		50g		50g				
Eiweiss	30g					30g		30g
L-Glutamin					5g	5g		
Kre-Alkalyn					3 - 4 Tab.			
Carbo						60g		

Meine Produkte Empfehlungen...

[» Weight Gainer Aufbau-Konzentrat](#)

Zusatznahrung für Leistungssportler entwickelt. Im Zusammenwirken mit einem ausgewogenen Training wird die gewünschte Zunahme an aktiver Muskelmasse erzielt. Weight Gainer enthält biologisch...

[» Supra Amino Protein plus Metabolic Nutrition](#)

Laktalbumin, Weizen und Laktalalbuminhydrolysat, die teilweise vorverdaut sind, ist es leicht verdaulich. Der jetzt sehr hohe Laktalalbumin. Grosser Anteil an Laktalbumin Weizenprotein und...

[» Max Kre-Alkalyn Max Muscle](#)

Da Muskeln sehr viel Creatin speichern können, steigt bei einer Kre-Alkalyn Einnahme die Creatin Konzentration im Muskeln um bis zu 50% und...

[» L-Glutamin Powder 100% Eurosup](#)

Die freie Form spielt eine wichtige Rolle im Stickstoffmetabolismus. Bei intensiver Trainingsbelastung kann der Körper bis zu 40 g L-Glutamin verlieren. Er verbraucht, damit mehr Glutamin als...

[» Carb Up / Maltodextrin](#)

CARB UP enthält 100% reines Maltodextrin. Beim Sport verbraucht Ihr Körper Energie. Wird nun diese nicht ersetzt, kann wertvolle Muskulatur zur Energiegewinnung angegriffen werden. Um schnell...