

# RECUPERO®

PRODOTTO PER SPORTIVI CON AMMINOACIDI, BCAA, GLUCIDI, VITAMINE E MINERALI



COADIUVARE IL RECUPERO



## A CHI SI RIVOLGE

INDICATO PER TUTTI I TIPI DI SPORT

- Allo sportivo che ha bisogno di recuperare efficacemente dopo la prestazione
- A chi si sottopone frequentemente ad allenamenti intensi
- Ai praticanti di tutti gli sport che richiedono un grande impegno fisico e muscolare
- A chi vive un periodo di stanchezza fisica e mentale

## QUANDO USARE RECUPERO®



CONFEZIONE: 20 BUSTE DA 16,5 g

Avvertenze: il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta variata ed equilibrata e di uno stile di vita sano. Non superare le quantità di assunzione consigliate. Per la presenza di creatina il prodotto è destinato ai soli adulti. Non utilizzare in gravidanza e nei bambini, o comunque per periodi prolungati senza sentire il parere del medico. La data di fine validità si riferisce al prodotto in confezione integra, correttamente conservata. \*Il prodotto è testato privo di Nandrolone e Testosterone con loro precursori, privo di amfetamine ed efedrine.

ASSUNTO DOPO LA COMPETIZIONE O L'ALLENAMENTO PERMETTE IL RIPRISTINO DELL'ENERGIA E DEI NUTRIENTI CELLULARI UTILI ALLA FASE DI RECUPERO

## INFORMAZIONI

Quando l'organismo assume tutti i nutrienti necessari, si creano le condizioni idonee per la normale sintesi proteica, un recupero muscolare efficiente e la progressione della condizione atletica, è pertanto opportuno alimentarsi in modo variato ed equilibrato.

## CARATTERISTICHE

Recupero è un prodotto per sportivi che apporta nutrienti con diverse funzioni utili nella fase successiva alla attività sportiva. Le vitamine e gli oligoelementi contenuti svolgono numerose funzioni, in particolare contribuiscono alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento (Vit B2, B3, B5, B6, B12, C, Folato, Ferro), contribuiscono al normale metabolismo energetico (Vit B1, B2, B3, B5, B6, B12, C, Biotina, Calcio, Magnesio, Ferro), delle proteine e del glicogeno (vit B6) e alla regolare funzione muscolare (Ca, Mg, K).

Gli ingredienti contenuti coadiuvano anche altre funzioni, in particolare contribuiscono alla fisiologica sintesi proteica (Mg e Zn), alla normale funzione cardiaca (B1) e alla regolare sintesi degli amminoacidi (folato). Altri ingredienti contribuiscono alla regolare formazione dei globuli rossi (vit B6, Fe), al normale trasporto di ossigeno (Fe), alla corretta neurotrasmissione (Ca), al regolare equilibrio elettrolitico (Mg) e alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo (Vit C, B2, Zn). Apporta inoltre B.C.A.A. indicati nella dieta dello sportivo. Il prodotto non contiene glutine (Gluten Free) è pertanto indicato anche per soggetti celiaci o con intolleranza al glutine.

## INDICAZIONI

La sinergia dei nutrienti rende il prodotto utile nella fase di recupero successiva ad attività sportive.

## MODO D'USO E DOSE GIORNALIERA CONSIGLIATA

Si consiglia l'utilizzo del prodotto circa 20-30 min. dopo aver affrontato la prestazione. Utilizzare 1 busta, in circa 200ml di acqua, a seguito di impegni fisici di media durata. Utilizzare 2 buste, in 4-500ml di acqua, a seguito di un impegno fisico intenso e prolungato.

## INGREDIENTI

Maltodestrine, saccarosio, correttore di acidità: acido citrico, destrosio, fruttosio, potassio citrato, creatina monoidrato, calcio carbonato, L-leucina, L-alanina, magnesio ossido, aro-ami, sodio cloruro, sodio citrato, L-arginina piroglutamato, L-isoleucina, L-valina, L-lisina cloridrato, glicina, taurina, L-glutammina, acido L-glutammico, acido L-ascorbico (vitamina C), colina bitartrato, colorante: paprica estratto, edulcorante: acesulfame K, L-ornitina alfa-chetoglutarato, ferro fumarato, zinco citrato, emulsionante: esteri di saccarosio degli acidi grassi, nicotinammide (vitamina PP), agente di rivestimento: idrossipropilmetilcellulosa, calcio D-pantotenico (acido pantotenico), piridossina cloridrato (vitamina B6), tiamina cloridrato (vitamina B1), riboflavina (vitamina B2), cianocobalamina (vitamina B12), acido pteroil-monoglutamico (folato), D-biotina (vitamina B3 o H).

## INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

	per 100g	per 2 buste	%NRV dose
<b>Valore energetico</b>			
kcal	352	116	-
kJ	1500	495	-
<b>Analisi media</b>			
Grassi totali	0,01 g	0,003 g	-
di cui: saturi	0,01 g	0,003 g	-
Carboidrati	69,42 g	22,91 g	-
di cui zuccheri	31,04 g	10,24 g	-
Fibra alimentare	0,16 g	0,05 g	-
Proteine	0 g	0 g	-
Sale	1,91 g	0,63 g	-
Vitamina C	363,6 mg	120 mg	150%
Vitamina PP	27,2 mg	9 mg	56%
Acido pantotenico	9,1 mg	3 mg	56%
Vitamina B6	3 mg	1 mg	71%
Vitamina B2	2,4 mg	0,8 mg	57%
Vitamina B1	2,1 mg	0,7 mg	64%
Folato	0,3 mg	100 mcg	50%
Vitamina B3	242,4 mcg	80 mcg	160%
Vitamina B12	1,5 mcg	0,5 mcg	20%
Potassio	909,1 mg	300 mg	15%
Magnesio	800 mg	264 mg	70%
Cloro	736 mg	243 mg	30%
Calcio	667 mg	220 mg	28%
Ferro	29,7 mg	9,8 mg	70%
Zinco	21,2 mg	7 mg	70%
Creatina	1524 mg	503 mg	-
L-Leucina	1515 mg	500 mg	-
L-Isoleucina	757 mg	250 mg	-
L-Valina	757 mg	250 mg	-
L-Alanina	1515 mg	500 mg	-
L-arginina piroglutamato	909 mg	300 mg	-
Glicina	606 mg	200 mg	-
L-lisina	606 mg	200 mg	-
Taurina	485 mg	160 mg	-
Glutamina	454 mg	150 mg	-
Acido glutammico	454 mg	150 mg	-
Colina	151 mg	50 mg	-
Ornitina α-chetoglutarato	152 mg	50 mg	-

NRV: Valori Nutritivi di Riferimento (adulti) ai sensi del Reg. UE 1169/2011