

## Megamax Glutamin Pulver 100 % reines L-Glutamin MEGAMAX 500g

- Diätetisches Lebensmittel für intensive Muskelanstrengungen - zur Versorgung des Sportlers mit der Aminosäure L-Glutamin. Inhalt: 500 g Pulver, hergestellt in Deutschland
- Zur Unterstützung des Krafttrainings, wirkt Katabolie (Muskelabbau) entgegen, zur Optimierung der Regeneration nach dem Training
- L-Glutamin ist eine besonders wichtige Aminosäure, die besonders bei hartem Training in der Ernährung des Sportlers eine große Rolle spielt. L-Glutamin dient dem Körper als Stickstoffspender und ist an der Bildung neuer Aminosäuren beteiligt. Darum ist L-Glutamin im Proteinstoffwechsel von zentraler Bedeutung. Durch die tägliche Zufuhr erhöht sich der L-Glutaminspiegel im Blut. Dadurch kann bei hartem Training katabolen (abbauenden) Prozessen entgegengewirkt werden.
- **ZUTATEN:** L-Glutamin (100 %). Sorgen Sie für Ihre Gesundheit mit einer abwechslungsreichen und ausgewogenen Ernährung und einer gesunden Lebensweise.
- **NÄHRWERTE** PRO 100 G // PRO PORTION (5 g): Brennwert 1.700 KJ (400 Kcal) // 85 KJ (20 Kcal), Eiweiß 100 g // 5 g, Kohlenhydrate 0 g // 0 g, Fett 0 g // 0 g
- **Verzehrempfehlung:** Zweimal täglich je 1 Portion entsprechend 1 Teelöffel Glutaminpulver (ca. 5 g) in Wasser oder Fruchtsaft einrühren und sofort trinken. Am besten eine Portion nach dem Training und eine Portion tagsüber verzehren.

### Produktbeschreibung:

L-Glutamin ist eine besonders wichtige Aminosäure, die insbesondere bei hartem Training in der Ernährung des Kraftsportlers eine große Rolle spielt. Insbesondere unterstützt körpereigenes L-Glutamin das Immunsystem, die Einlagerung von Muskelglykogen und die Verkürzung der Erholungsphase nach dem Sport. L-Glutamin ist die Aminosäure, die in freier Form den größten Teil aller Aminosäuren im Blut ausmacht. Gute Eiweißquellen sind besonders reich an L-Glutamin. Dennoch kann auch bei ausreichender Eiweißversorgung eine Nahrungsergänzung mit L-Glutamin vorteilhaft für den hart trainierenden Kraftsportler sein. L-Glutamin dient dem Körper als Stickstoffspender und hilft dadurch, die Regeneration nach dem Training zu verbessern, insbesondere wenn das Training sehr intensiv war. Hartes Training kann zu einer Übersäuerung des Muskels führen. L-Glutamin wirkt ausgleichend auf den Säure-Basen-Haushalt. L-Glutamin ist insbesondere für den Kraftsportler eine wertvolle Nahrungsergänzung. Durch die tägliche Zufuhr erhöht sich der L-Glutaminspiegel im Blut und kann dadurch bei hartem Training katabolen (abbauenden) Prozessen entgegenwirken.

MEGAMAX Postfach 10 21 33, 52021 Aachen, [info@megamax.de](mailto:info@megamax.de), [www.megamax.de](http://www.megamax.de). Tel. 0180 500 2308, Fax 0180 500 2309. (Tel./Fax 14 Cent/Minute, ggf. abweichender Mobilfunktarif)