

# POWER PROTEIN 90

## VANILLA CREAM

**Verzehrempfehlung:** Eine Portion 30 g Pulver (3 gehäufte Esslöffel) in 300 ml fettarme Milch einrühren. TIPP: Fortgeschrittene können auch 50 g Pulver (5 gehäufte Esslöffel) in 250 ml Wasser einrühren und trinken. Ideal für eine Low-Carb-Ernährung und bei einem hohen Trainingspensum. Der Shake ist aufgrund der Zubereitung mit Milch nicht mehr kohlenhydratarm (Low Carb). Nicht mehr als 3 Shakes am Tag. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. **Zutaten:** Calciumcaseinat (53%), Molkenmilchprotein-Konzentrat (28,4%), Aromastoffe, Aroma, Hühner-Eiweißpulver (1%), Molkenmilchproteinhydrolysat (1%) (Optipep™), L-Leucin, L-Carnitin (Carnipure™), Speisesalz, L-Valin, L-Isoleucin, Trennmittel (Siliciumdioxid), Süßungsmittel (Natriumcyclamat, Acesulfam K, Sucralose, Saccharin), L-Ascorbinsäure, Verdickungsmittel (Guarkemmel), Emulgator (Soja-Lecithin), Nicotinamid, DL-alpha-Tocopherylacetat, Calcium-D-pantothenat, Riboflavin, Farbstoff (Riboflavin), Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Pteroylmonoglutaminsäure, D-Biotin, Cyanocobalamin. **Hinweis:** Das Proteinprodukt enthält eine größere Menge an Folsäure. Daher ist von einem zusätzlichen Verzehr von folsäurehaltigen Präparaten abzuraten. **➔ Recommended dosage:** Stir one serving, 30 g powder (5 heaped tablespoons) into 300 ml of low-fat milk. TIP: Intermediates can also stir 50 g powder (5 heaped tablespoons) into 250 ml of water and drink. Ideal as part of a low-carb diet and with a high-intensity training schedule. When prepared with milk, the shake is no longer low in carbohydrates (Low Carb). Do not consume more than 3 shakes a day. Do not exceed the recommended daily dosage. **Ingredients:** Calcium caseinate (53%), Whey protein concentrate (28.4%), Milk protein concentrate (9%), Flavouring, Hen egg white protein powder (1%), Hydrolysed whey protein (1%) (Optipep™), L-Leucine, L-Carnitine (Carnipure™), Table salt, L-Valine, L-Isoleucine, Separating agent (Silicon dioxide), Sweeteners (Sodium cyclamate, Acesulfame K, Sucralose, Saccharin), L-Ascorbic acid, Thickening agent (Guar gum), Emulsifier (Soy lecithin), Nicotinamide, DL-alpha-tocopheryl-acetate, Calcium-D-pantothenate, Riboflavin, Colouring (Riboflavin), Pyridoxine hydrochloride, Thiamine mononitrate, Pteroylmonoglutamic acid, D-Biotin, Cyanocobalamin. **Notice:** Since the protein powder already contains a large amount of folic acid, it is not recommended to take any other preparations that also contain additional amounts of folic acid. **➔ Recomendaciones de consumo:** Mezclar 30 g de polvo (3 cucharadas colmadas) en 300 ml de leche desnatada. CONSEJO: Los avanzados también pueden mezclar 50 g de polvo (5 cucharadas colmadas), en 250 ml de agua y consumir. Ideal para una alimentación baja en hidratos de carbono y cargas grandes de entrenamiento. Debido a la preparación con leche, el batido ya no constituye un alimento bajo en carbohidratos (low carb). No consumir más de 3 batidos al día. No debe sobrepasarse la cantidad diaria recomendada. **Ingredientes:** Caseinato de calcio (53%), concentrado de proteína de suero (28,4%), concentrado de proteínas lácteas (9%), aroma, proteína en polvo de huevos de gallinas (1%), hidrolizado de proteínas de suero (1%) (Optipep™), leucina L, carnitina L (Carnipure™), sal, valina L, isoleucina L,

antiglomerante (dióxido de silicio), edulcorante (ciclato de sodio, acesulfamato K, sucralosa, sacarina), ácido ascórbico L, agente aglutinador (harina de guar), emulgante (lecitina de soja), nicotinamina, tocopherylacetoato alfa DL, pantotenato D de calcio, riboflavina, colorantes (riboflavina), hidroclorato de piridoxina, mononitrato de tiamina, ácido ptarilo de monoglutamina, biotina D, cianocobalamina. **Nota:** Este producto proteico contiene una gran cantidad de ácido fólico, por lo que resulta desaconsejable consumir además preparados que contengan ácido fólico. **➔ Dosage recommandé:** Pour une portion, ajoutez 30 g de poudre (3 cuillères à soupe bombées) à 300 ml de lait demi-crémé. **CONSEIL:** Les avancés peuvent également mélanger 50 g de poudre (5 cuillères à soupe bombées) à 250 ml d'eau remuer et boire le mélange. Idéal dans le cadre d'un régime pauvre en glucides et en cas d'entraînement intensif. Néanmoins, s'il est préparé avec du lait, ce shake n'est plus pauvre en glucides (low carb). Ne pas consommer plus de 3 shakes par jour. La quantité journalière de consommation recommandée ne doit pas être dépassée. **Ingredients:** Calcium caseinate (53%), concentré de protéines de lactosérum (28,4%), concentré de protéines de lait (9%), arôme, poudre de protéines d'œuf (1%), hydrolysat de protéines de lactosérum (1%) (Optipep™), L-leucine, L-carnitine (Carnipure™), sel, L-valine, L-isoleucine, agent antiagglomérant (dioxyde de silicium), edulcorants (cyclamate de sodium, acesulfame K, sucralose, saccharine), acide L-ascorbique, épaississant (farine de graine de guar), émulsifiant (lecithine de soja), nicotinamide, acétate de DL-alpha-tocophérol, D-pantothénate de calcium, riboflavine, colorant (riboflavine), chlorhydrate de pyridoxine, mononitrate de thiamine, acide ptéroylmonoglutamique, D-biotine, cyanocobalamine. **Commentaire sur l'article:** Comme ce produit protéiné contient une grande quantité d'acide folique, il est déconseillé de consommer en supplément des préparations qui en contiennent. **➔ Recommander dosage:** Rör ner en portion 30 g pulver (3 rågad matsked) med 300 ml mellanmjölk. TIPS: Utökad kan även blandas 50 g pulver (5 rågad matsked) i 250 ml vatten och drick. Idealsk för en Low Carb kost och i samband med intensiv träning. På grund av tillredningen med mjölk är denna shake inte längre kolhydratfattig (Low Carb) kost. Högst 3 shakes per dag. Den avsnivare rekommenderade dagliga konsumtionsmängden får inte överskridas. **Ingredientes:** Calcio caseinato (53%), vasselproteínkonzentrat (28,4%), mjölkagvítaprotein-konzentrat (9%), aroma, hönsäggt äggvitpulver (1%), vasselproteínhydrolysat (1%), (Optipep™), L-leucín, L-carnitín (Carnipure™), salt, L-valín, L-isoleucín, konsistensmedel (kiseldioxid), sötningsmedel (natriumcyclamat, acesulfam K, sukralos, sackarin), L-askorbinsyra, jöckningsmedel (guarkämmöl), emulgator (soja-lectin), nikotinamid, DL-alfa-tokoferylacetat, kalcium-D-pantotenat, riboflavin, färgämne (riboflavin), pyridoxinhydroklorid, tiaminmononitrat, pteroylmonoglutaminsyra, D-biotin, cyanokobalamin. **Produkt OBS:** Proteinprodukten innehåller en stor mängd folsyra och av denna anledning bör man därtöver inte förtära ytterligare preparat som innehåller folsyra.

					pro/per/ por/par 100 g	% NRV*	pro/per/por/par Portion/serving/ ración/**	% NRV*	pro/per/por/par Portion/serving/ ración/**	% NRV*
<b>Nährwertangaben</b>	<b>Nutrition facts</b>	<b>Información nutricional</b>	<b>Information nutritionnelle</b>	<b>Näringsinformation</b>						
<b>Brennwert</b>	<b>Energy</b>	<b>Valor energético</b>	<b>Valeur énergétique</b>	<b>Brennvärde</b>	1598 kJ		1072 kJ		799 kJ	
					376 kcal		254 kcal		188 kcal	
<b>Fett</b>	<b>Fat</b>	<b>Grasa</b>	<b>Matière grasse</b>	<b>Fett</b>	1,9 g		5,4 g		1 g	
- davon ges. Fettsäuren	- thereof sat. fatty acids	- de ello ácidos Grasos saturados	- dont acides Gras saturés	- därav mättade Fettsyror	1,1 g		3 g		0,5 g	
<b>Kohlenhydrate</b>	<b>Carbohydrates</b>	<b>Carbohidratos</b>	<b>Glucides</b>	<b>Kolhydrater</b>	4,4 g		15,7 g		2,2 g	
- davon Zucker	- thereof sugar	- de ello Azúcar	- dont Sucre	- därav Socker	2,3 g		15,1 g		1,1 g	
- davon Laktose	- thereof lactose	- de los cuales la lactosa	- dont Lactose	- därav laktos	2,1 g		15 g		1,1 g	
<b>Eiweiß</b>	<b>Protein</b>	<b>Proteína</b>	<b>Protéine</b>	<b>Äggvita</b>	85,1 g		35,6 g		42,6 g	
- davon BCAA****	- thereof BCAA****	- del mismo BCAA****	- celle-ci BCAA****	- detta BCAA****	19,2 g		7,9 g		9,6 g	
<b>Salz</b>	<b>Salt</b>	<b>Sal</b>	<b>Sel</b>	<b>Salt</b>	1 g		0,7 g		0,5 g	
<b>Zugesetzte Stoffe</b>	<b>Added substances</b>	<b>Sustancias obstruidos</b>	<b>Substances obstrués</b>	<b>Igensatta ämnen</b>						
L-Carnitin (Carnipure™)	L-Carnitine (Carnipure™)	Carnitina L (Carnipure™)	L-Carnitine (Carnipure™)	L-Karnitine (Carnipure™)	1 g		0,3 g		0,5 g	
L-Leucin	L-Leucine	Leucina L	L-Leucine	L-Leucine	1 g		0,3 g		0,5 g	
L-Isoleucin	L-Isoleucine	Isoleucina L	L-Isoleucine	L-Isoleucine	0,5 g		0,15 g		0,25 g	
L-Valin	L-Valine	Valina L	L-Valine	L-Valine	0,5 g		0,15 g		0,25 g	
<b>Vitamine</b>	<b>Vitamins</b>	<b>Vitaminas</b>	<b>Vitamines</b>	<b>Vitaminer</b>						
Vitamin C	Vitamin C	Vitamina C	Vitamine C	Vitamin C	240 mg	300	77 mg	96	120 mg	150
Niacin	Niacin	Niacina	Niacine	Niacin	48 mg	300	15 mg	91	24 mg	150
Vitamin E	Vitamin E	Vitamina E	Vitamine E	Vitamin E	36 mg	300	11 mg	91	18 mg	150
Pantothensäure	Pantothenic Acid	Ácido pantoénico	Acide pantothénique	Pantotensyra	18 mg	300	6,5 mg	107	9 mg	150
Vitamin B6	Vitamin B6	Vitamina B6	Vitamine B6	Vitamin B6	4,2 mg	300	1,4 mg	101	2,1 mg	150
Vitamin B2 (Riboflavin)	Riboflavin	Vitamina B2 (riboflavina)	Riboflavine	Vitamin B2 (riboflavin)	15 mg	1071	5 mg	357	7,4 mg	529
Vitamin B1 (Thiamin)	Thiamin	Vitamina B1 (tiamina)	Thiamine	Vitamin B1 (thiamin)	3,3 mg	300	1,1 mg	100	1,7 mg	150
Folsäure	Folic Acid	Ácido fólico	Acide folique	Folsyra	600 µg	300	195 µg	97	300 µg	150
Biotin	Biotin	Biotina	Biotine	Biotin	150 µg	300	56 µg	111	76 µg	150
Vitamin B12	Vitamin B12	Vitamina B12	Vitamine B12	Vitamin B12	15 µg	600	5,8 µg	230	7,5 µg	300

Das Aminosäurenprofil bezieht sich auf die enthaltenen Proteine im Produkt. The amino acid profile refers to the proteins contained in the product. El perfil de los aminoácidos se refiere a las proteínas contenidas en el producto. Le profil des acides aminés se rapporte aux protéines contenues dans le produit. Aminosäurenprofilen hänförelse till de proteiner som produkten innehåller. \*NRV = % der Nährstoffbezugswerte/of Nutrient Reference Values/de la valeur nutritive de référence/av referensvärdet för näring. \*\* 30 g Pulver in 300 ml Milch (1,5% Fett)/30 g powder in 300 ml milk (1,5% fat)/dissolve 30 g in 300 ml of leche (1,3% grasa)/30 g de poudre dans 300 ml de lait (1,3% de matière grasse)/30 g pulver i 300 ml mjölk (1,5% fett). \*\*\* 50 g Pulver in 250 ml Wasser/50 g powder in 250 ml water/dissolve 50 g de polvo in 250 ml de agua/50 g de poudre dans 250 ml d'eau/50 g pulver i 250 ml vatten.

					pro/per/por/par 100 g Eiweiß/protein/proteïne/ proteína/äggvita
<b>Aminosäurenprofil</b>	<b>Amino acid profile</b>	<b>Perfil de aminoácidos</b>	<b>Profil d'acides aminés</b>	<b>Aminosyraprofil</b>	
L-Alanin	L-Alanine	Alanina L	L-Alanine	L-Alanin	3,41 g
L-Arginin	L-Arginine	Arginina L	L-Arginine	L-Arginin	3,1 g
L-Asparaginsäure	L-Aspartic Acid	Ácido aspártico L	Acide L-aspartique	L-Asparaginsyra	7,79 g
L-Cystein	L-Cysteine	Cisteína L	L-Cystéine	L-Cystein	1,93 g
L-Glutaminsäure	L-Glutamic Acid	Ácido de glutamina L	Acide L-glutamique	L-Glutaminsyra	18,56 g
Glycin	Glycine	Glicina	Glycine	Glycin	1,71 g
L-Histidin	L-Histidine	Histidina L	L-Histidine	L-Histidin	2,38 g
L-Isoleucin****	L-Isoleucine****	Isoleucina L****	L-Isoleucine****	L-Isoleucin****	6,08 g
L-Leucin****	L-Leucine****	Leucina L****	L-Leucine****	L-Leucin****	9,93 g
L-Lysin	L-Lysine	Lisina L	L-Lysine	L-Lysin	7,83 g
L-Methionin	L-Methionine	Metionina L	L-Méthionine	L-Metionin	2,34 g
L-Phenylalanin	L-Phenylalanine	Fenylalanina L	L-Phénylalanine	L-Fenylalanin	4,3 g
L-Prolin	L-Proline	Prolina L	L-Proline	L-Prolin	8,51 g
L-Serin	L-Serine	Serina L	L-Sérine	L-Serin	5,05 g
L-Threonin	L-Threonine	Threonina L	L-Thréonine	L-Treonin	4,86 g
L-Tryptophan	L-Tryptophan	Triptófano L	L-Tryptophane	L-Tryptofan	1,4 g
L-Tyrosin	L-Tyrosine	Tirosina L	L-Tyrosine	L-Tyrosin	4,29 g
L-Valin****	L-Valine****	Valina L****	L-Valine****	L-Valin****	6,54 g

\*\*\*\*BCAA = branched chain amino acids (verzweigt ketig Aminosäuren (L-Isoleucin, L-Leucin, L-Valin))/branched chain amino acids (L-Isoleucine, L-Leucine, L-Valine)/branched chain amino acids (laminocidos de cadena ramificada) Isoleucina L, Leucina L, Valina L/ branched chain amino acids (ácidos aminés a chaîne ramifiée) L-Isoleucine, L-Leucine, L-Valine/branched chain amino acids (grenade aminosyror) L-Isoleucin, L-Leucin, L-Valin

**MADE IN GERMANY** Exklusiv hergestellt für und Vertrieb durch/Exclusively manufactured for and distributed by: Body Attack Sports Nutrition GmbH & Co. KG Schnackenburgallee 217-223, 22525 Hamburg www.body-attack.com

**Nahrungsergänzungsmittel mit Süßungsmitteln, Aminosäuren, L-Carnitin und Vitaminen.** Dieses Produkt ist nicht für eine Langzeiternährung bestimmt und sollte nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von Kindern lagern. Geschmack: Vanille. **Sachbezeichnung Schweiz: Ergänzungsnahrung.**

**➔ Nutritional supplement with sweeteners, Amino acids, L-Carnitine and Vitamins.** This product is not intended for long-term use and should not be substituted for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. Keep out of reach of children. Flavour: Vanilla.

**➔ Suplemento alimenticio con edulcorantes, aminoácidos, carnitina L y vitaminas.** Este producto no es adecuado para consumo largo durante un periodo largo de tiempo y no debe sustituir en ningún caso una alimentación variada y equilibrada y un estilo de vida saludable. Mantener fuera del alcance de los niños. Sabor: Vainilla.

**➔ Complément alimentaire avec édulcorants, des acides aminés, la L-carnitine et les vitamines.** Ce produit n'est pas destiné à une alimentation à long terme et ne devrait pas être utilisé comme produit de remplacement pour une alimentation équilibrée et variée, ni pour un régime sain. A conserver hors de la portée des enfants. Parfum: Vanille. **Dénomination du produit en Suisse: complément alimentaire.**

**➔ Kosttillskott med sötningsmedel, aminosyror, L-karnitin och vitaminer.** Produkten är inte avsedd för långvarig diet och bör inte användas som ett substitut för en balanserad, varierad kost och en hälsosam livsstil. Förvaras utom räckhåll för barn. Förvaras utom räckhåll för barn. Smak: Vanilj.

Carnipure™ offers purest L-carnitine and is a trademark of Lonza Ltd., Switzerland

PZN: 10836923



➔ Ungeöffnet, kühl und trocken aufbewahrt, mindestens haltbar bis Ende/Los-Nr.: siehe Aufdruck. Nach dem Öffnen schnell aufbrauchen. Vor direkter Wärme und Lichteinstrahlung schützen.

➔ Best before if kept unopened in a cool, dry place/Lot no.: see imprint. Use up quickly after opening. Protect from direct heat and sunlight.

➔ Fecha de consumo preferente almacenado, sin abrir y en un lugar seco y fresco como mínimo hasta: ver impronta. Una vez abierto, consumir lo antes posible. Proteger del calor directo y de la exposición a la luz.

➔ Conservé fermé, au frais et au sec, à consommer de préférence avant fin/n° de lot: voir l'inscription. Usage unique directement après l'ouverture. Protéger de la chaleur directe et du rayonnement solaire.

➔ Vid förvaring i öppnad förpackning, sval och torr, bäst före slutet av/produktserie nr.: se avtryck. Måste förbrukas snabbt när förpackningen öppnats. Skyddas mot direkt värme och ljus.