



Sanct Bernhard Sport Boisson énergétique Isotone Griotte

Supplément alimentaire à prendre avant et pendant un effort physique important

Bon à savoir : Une perte de 2 % du poids corporel en liquide (1-2 l) suffit à diminuer de 20 % les performances physiques. Pallier rapidement à une perte en liquide est donc de première importance. La composition optimisée de glucides à chaîne courte et moyenne de la boisson énergétique Isotone contribue à maintenir les performances d'endurance pendant l'effort. Les substances minérales ajoutées remplacent les électrolytes éliminés par la transpiration. En suivant le mode d'administration, on obtient une boisson approximativement isotonique qui permet l'absorption préférentielle des substances contenues. Sans lactose ni gluten.

Ingrédients : maltodextrine, saccharose, acidifiant : acide citrique, lactate de calcium, chlorure de sodium, citrate de magnésium III, citrate de calcium, arôme.

Valeur nutritives en moyenne	par ration (= 500 ml)	1 litre de boisson	*/1 litre de boisson	100 g de poudre
Valeur calorique	559 kJ (131 kcal)	1119 kJ (263 kcal)	—	1554 kJ (365 kcal)
Lipides	0 g	0 g	—	0 g
Glucides	33,3 g	66,6 g	—	92,5 g
- dont sucres	12,6 g	25,2 g	—	35,0 g
Fibres alimentaires	0 g	0 g	—	0 g
Protides	0 g	0 g	—	0 g
Sel	0,8 g	1,6 g	—	2,2 g
Sodium	320 mg	640 mg	**	888 mg
Potassium	115 mg	230 mg	12 %	319 mg
Calcium	133 mg	266 mg	33 %	370 mg
Magnésium	69,75 mg	139,5 mg	37 %	193,8 mg

*VNR = valeur nutritionnelle de référence pour l'apport quotidien fixé par la directive (UE) no. 1169/2011

**Pas encore de quantité de référence

Posologie recommandée : À diluer dans l'eau selon le schéma suivant :

Mesure (ci-inclue)	soit
2¼ (env. 36 g)	500 ml
4½ (env. 72 g)	1000 ml

Pour éviter les grumeaux, remplir le verre d'abord avec de l'eau, puis ajouter la poudre.

Avis aux diabétiques : 0,5 litres (env. 36 g de poudre) de boisson correspond à 2,6 UP.

Lors de compétitions de plus d'1 heure, par exemple, boire 500 ml de la boisson pendant la dernière heure précédant le départ. Une absorption régulière de 150-200 ml toutes les 15-20 minutes est recommandée pendant l'effort.

Nous recommandons notre boisson régénératrice directement après l'effort.

Conserver à l'abri de la lumière, au sec et en-dessous de 25°C.

Les compléments alimentaires ne doivent pas remplacer une alimentation diversifiée et équilibrée, ni un mode de vie sain.

À conserver hors de portée de petits enfants. Ne pas dépasser la dose quotidienne conseillée.

Made in Germany

Contenu 900 g de poudre permet 25 portions (d'obtenir environ 12,5 litres de boisson),
 1 mesure (comprise dans l'emballage)

Article n°: 2539 Eti0121