



Sanct Bernhard Sport Créatine monohydrate

Complément alimentaire

Bon à savoir : Notre Créatine monohydrate de haute qualité est un moyen efficace d'améliorer les performances physiques lors d'un entraînement de la force rapide dans le cadre d'une activité intense de courte durée, cet effet est garanti par la consommation recommandée de 3 grammes par jour. Une alimentation équilibrée est essentielle pour les sportifs, en particulier pour les athlètes de force qui ciblent la croissance musculaire. Notre poudre Créatine monohydrate permet de couvrir les besoins quotidiens en créatine et d'apporter ainsi suffisamment d'énergie au corps. Cette poudre facile à doser se mélange à de l'eau ou à du jus de fruits. Sans saveur particulière et vite dissoute, elle se consomme facilement avant ou après l'entraînement. Le complément naturel optimal à votre entraînement !

Ingrédients : Créatine monohydrate (100 %).

	par portion (=dose journalière)
Créatine monohydrate	3,5 g
dont créatine	3 g

Pas encore de valeur nutritionnelle de référence relative à l'apport journalier selon le Règlement (UE) N° 1169/2011.

Conseil de consommation :

Bien mélanger ¼ de mesure (environ 3,5 g) dans 250-300 ml d'eau ou de jus de fruit et boire. À prendre une fois par jour, de préférence avant ou après l'entraînement. Veiller à un apport suffisant en eau pendant l'absorption.

Il est recommandé aux personnes souffrant de maladies cardiaques, rénales et hépatiques de consulter leur médecin avant consommation.

Ne convient pas aux femmes enceintes ou qui allaitent, aux enfants et aux adolescents.

Conserver à l'abri de la lumière, dans un endroit sec et à une température inférieure à 25°C.

Les compléments alimentaires ne doivent pas remplacer une alimentation diversifiée et équilibrée, ni un mode de vie sain. Conserver hors de portée des jeunes enfants. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée.

Made in Germany

Contenu 600 g

Article n° 2580

Eti0623