

PROTEINE.

Definizione di proteine:

Le Proteine sono i mattoni della massa muscolare; costituiscono il 90% del peso del sangue a secco, l'80% dei muscoli ed il 70% della pelle. Provvedono alla costruzione connettiva e strutturale dei tessuti e dei costituenti primari enzimatici, ormonali e degli anticorpi. Sia se vorrete aumentare la vostra muscolatura sia se vorrete definirla, dovete aumentare il consumo di alimenti proteici. Non si possono sviluppare o mantenere adeguate masse muscolari senza un sufficiente apporto di proteine; quelle migliori e più biodisponibili sono quelle di origine animale.

COSA SONO LE PROTEINE IN POLVERE:

Sono semplicemente degli integratori proteici derivanti dai comuni alimenti quali il latte, le uova, la soia, che attraverso vari processi di lavorazione, consentono di ottenere dei principi proteici concentrati con caratteristiche che possono variare a seconda delle percentuali, valore biologico, presenza solitamente bassa di grassi e di carboidrati.

PERCHE' SI USANO LE PROTEINE IN POLVERE?

Principalmente possono essere diversi i motivi principali:

- 1) **PRATICITA'**: viene comodo nel momento di utilizzarle in polvere in quanto è molto semplice, necessitando di uno shaker per agitarle e consumarle; al contrario ad esempio immaginiamoci di dover fare uno spuntino proteico classico come la carne o le uova dove richiedono un certo tempo di lavorazione.
- 2) **INCREMENTO DELL'APPORTO PROTEICO**: per coloro che consumano grandi quantità di proteine e che spesso mirano ad un apporto calorico controllato, le proteine in polvere consentono l'apporto proteico elevato senza calorie aggiuntive sotto forma di carboidrati e grassi.
- 3) **RISPARMIO**: anche questo aspetto è da considerare in quanto una porzione ad esempio di 30 grammi di proteina in polvere solitamente è meno costosa di 150 grammi di carne (per ottenere al contempo 30 grammi di proteine).



QUALITA' DELLE PROTEINE:

La fonte primaria per la struttura corporea e per i nostri muscoli è rappresentata dalle proteine. La qualità delle proteine si stabilisce da varie considerazioni: dal valore biologico (BV) ovvero dall'assorbimento dell'azoto presente nelle proteine ed utilizzato per vari processi biochimici che sono alla base della crescita muscolare; dalla qualità degli aminoacidi componenti la proteina: PDCAAS, più la proteina è ricca in aminoacidi essenziali, migliore è la qualità dal grado di digeribilità; e dalla frazione di proteina efficace (PER) ovvero l'aumento di peso in relazione alla proteina assunta.

ASSUNZIONE PROTEICA:

Ricordarsi che non bisogna sostituire le proteine in polvere dai comuni alimenti, ma semmai integrarli nel modo corretto e bilanciato (ad es. negli spuntini si potranno utilizzare proteine in polvere, mentre nei pasti principali quelli di comune consumo: carne, pesce, uova).

Nel caso in cui ci fossero problemi renali di qualsiasi tipo occorrerà determinare l'apporto proteico appropriato esclusivamente su consiglio del medico.





CRESCITA

POTENZIAMENTO

DEFINIZIONE

FORMA FISICA

BREAKFAST

La proteina è la sostanza nutriente più importante per accrescere, rafforzare e riparare i tessuti muscolari.

ISOTECH è per caratteristiche tecniche quello che c'è di meglio come fonte massima di proteina essendo composta completamente al 100% da proteine isolate del siero di latte. ISOTECH presenta un elevatissimo BV (valore biologico) avendo una presenza ricca di aminoacidi ramificati (bcaa) ed essenziali; la sua altissima percentuale proteica (88%) rende disponibile, assumendola, una fonte elevata di pura proteina che rafforzata con l-glutamina e taurina contribuisce, oltre allo sviluppo, ad un recupero più accelerato. ISOTECH NON CONTIENE CARBOIDRATI, GRASSI, LATTOSIO E...SOPRATTUTTO NON HA RIVALI.

Consigli d'uso: miscelare 3 misurini (30 g) di ISOTECH in 100 ml d'acqua o latte preferibilmente magro.

Gusti: cacao/fragola/fior di latte.

Confezioni: 800 g - 2000 g

Analisi media	per 100 g	per porzione (3 misurini=30 g)
Valore energetico	355 kcal/1509 kj	106 kcal/450 kj
Proteine	88 g	26,4 g
Carboidrati	0 g	0 g
Grassi	0,2 g	0,06 g
L-Glutamina	3 g	0,9 g
Taurina	2 g	0,6 g
Vitamina B1	1,4 mg	0,42 mg
Vitamina B2	1,6 mg	0,48 mg
Vitamina B6	2 mg	0,6 mg
Vitamina B12	1 mcg	0,3 mcg

Nel cacao i valori dei carboidrati sono:
per 100 g - 0,2 g e per dose - 0,06 g.



CRESCITA

POTENZIAMENTO

DEFINIZIONE

FORMA FISICA

BREAKFAST

Non ci sono paragoni.

SUPREME WHEY è l'originale gourmet, oltre ad una vera e propria prelibatezza del gusto accompagnata da veri pezzi di frutta o creme (cioccolato e nocciola), è anche e soprattutto un prodotto innovativo dove la composizione proteica è costituita da proteine del siero di latte concentrate ed isolate ad alta percentuale con un basso contenuto di carboidrati e lattosio.

SUPREME WHEY GOURMET presenta un valore biologico elevato, ricco in b.c.a.a. ed aminoacidi essenziali. Ciò significa ottimizzare l'utilizzo di queste eccellenti sieroproteine che portano a migliorare con l'allenamento e la dieta ad un aumento del tessuto muscolare magro. Scoprite SUPREME WHEY GOURMET, comprenderete cosa vuol dire essere sempre UN PASSO PIU' AVANTI!

Consigli d'uso: miscelare 2 misurini (30 g) di SUPREME WHEY GOURMET in 100 ml d'acqua o latte preferibilmente magro.

Gusti: cioccolato/cioccolato con nocciola/stracciatella/fragola/banana.

Confezione: 750 g

Analisi media	per 100 g	per porzione (2 misurini=30 g)
Valore energetico	376 kcal/1598 kj	113 kcal/480 kj
Proteine	80 g	24 g
Carboidrati	4,9 g	1,47 g
Grassi	4 g	1,2 g
Vitamina B6	2 mg	0,6 mg

Nelle creme il valore dei grassi sono:
per 100 g - 4,5 g e per dose - 1,35 g.

W.P.C., WHEY PROTEIN COMPLETE è un integratore dietetico in polvere composto da una miscela concentrata, ottenuta da proteine del siero del latte sottoposte a tre diversi processi di lavorazione. Questi tre processi sono l'ultrafiltrazione, lo scambio ionico e l'idrolisi, che aggiungono alla proteina facilità di assorbimento e possibilità di utilizzare al meglio gli aminoacidi in essa contenuti. Questa particolare proteina, grazie ad un elevato valore biologico ed un ottimo PDCAAS (Protein Digestibility Corrected Amino Score), campione corretto di aminoacidi essenziali da assumere giornalmente definito dalla FAO-WHO, è sicuramente tra le tante tipologie di proteine una delle più complete ed efficaci. Le proteine contenute in W.P.C. sono una delle sorgenti proteiche più ricche di aminoacidi ramificati (B.C.A.A.), apportano immunoglobuline necessarie per un'efficace azione immunitaria di cui l'organismo ha sempre più bisogno, sottoposto com'è agli stress della vita moderna. W.P.C. contiene una percentuale bassissima di Lattosio. W.P.C. è potenziato con l'aggiunta di L-glutamina, che svolge un ruolo chiave nei processi metabolici e di recupero ed è arricchita con cromo picolinato, vitamine del gruppo B, essenziali per il miglior metabolismo delle proteine, dei carboidrati e dei grassi, vitamina C, importante per le difese immunitarie, vitamina E, avente azione antiossidante.

Consigli d'uso: assumere 3 misurini (30 g) in 100 ml d'acqua o latte preferibilmente magro lontano dai pasti.

Gusti: cacao/vaniglia/fragola/banana/crema-limone/gianduia.

Confezioni: 750 g - 2000 g

Analisi media	per 100 g	per porzione (3 misurini=30 g)
Valore energetico	392 kcal/1666 kj	118 kcal/501 kj
Proteine	81 g	24,3 g
Carboidrati	9 g	2,7 g
Grassi	3,6 g	1,1 g
L-Glutamina	1 g	0,3 g
Cromo	100 mcg	30 mcg
Vitamina A	800 mcg	240 mcg (30% RDA)
Vitamina E	10 mg	3 mg (30% RDA)

EXTREME WHEY è un integratore dietetico a base di proteine del siero del latte concentrate (ottenute per ultrafiltrazione) microfiltrate (separate fisicamente da un filtro microscopico) ed isolate mediante scambio ionico (estratte sfruttando le loro cariche ioniche).

Entrambi i meccanismi permettono di ottenere una proteina di alta qualità con un elevato valore biologico e un profilo aminoacidico ottimale con una presenza rilevante di aminoacidi a catena ramificata (B.C.A.A.) contenuti naturalmente. Oltre al suo eccellente profilo aminoacidico, alla solubilità ed alla digeribilità, EXTREME WHEY è integrato da creatina, L-glutamina e vitamine B1, B2, B6, e B12 che rendono il prodotto praticamente ottimo sotto il profilo della costruzione muscolare e del recupero.

Consigli d'uso: miscelare 3 misurini (30 g) in 100 ml d'acqua o latte preferibilmente magro lontano dai pasti.

Gusti: cacao/vaniglia/fragola/panna/ cappuccino.

Confezioni: 700 g - 2500 - 4000 g

Analisi media	per 100 g	per porzione (2 misurini=30 g)
Valore energetico	392 kcal/1666 kj	118 kcal/501 kj
Proteine	82 g	24,6 g
Carboidrati	8 g	2,4 g
Grassi	2,5 g	0,75 g
Creatina	3 g	0,9 g
L-Glutamina	2 g	0,6 g
Vitamina B1	1,4 mg	0,42 mg
Vitamina B2	1,6 mg	0,48 mg
Vitamina B6	2 mg	0,6 mg
Vitamina B12	1 mcg	0,3 mcg



CRESCITA

POTENZIAMENTO

DEFINIZIONE

FORMA FISICA

BREAKFAST

Vitamina C	100 mg	30 mg (30% RDA)
Vitamina B1	1,4 mg	0,42 mg (30% RDA)
Vitamina B2	1,6 mg	0,48 mg (30% RDA)
Vitamina B6	2 mg	0,6 mg (30% RDA)
Vitamina B12	1 mcg	0,3 mcg (30% RDA)
Vitamina PP	18 mg	5,4 mg (30% RDA)
Acido pantotenico	6 mg	1,8 mg (30% RDA)
Acido folico	200 mcg	60 mcg (30% RDA)
Biotina	150 mcg	45 mcg (30% RDA)



CRESCITA

POTENZIAMENTO

DEFINIZIONE

FORMA FISICA

BREAKFAST



CRESCITA

POTENZIAMENTO

DEFINIZIONE

FORMA FISICA

BREAKFAST

GOLD PRO 92 è un integratore dietetico in polvere a base di proteine del latte delattosate, proteine del siero di latte ed albumine purissime dell'uovo, ad alto potere nutritivo. GOLD PRO 92 presenta un profilo aminoacidico bilanciato, un elevato valore biologico con una buona presenza di aminoacidi ramificati contenuti naturalmente. GOLD PRO 92, grazie a queste tre fonti proteiche differenti apporta un rilascio aminoacidico graduale: immediato, costante e prolungato. Grazie a questa combinazione, le tre fonti proteiche si completano per una maggiore sintesi proteica. il prodotto è arricchito con L-glutamina e taurina, aminoacidi importanti per le fasi metaboliche e di recupero, vitamine del gruppo B, elementi energetici essenziali per il metabolismo proteico, vitamina C importante nella difesa del sistema immunitario, vitamina E, con un ruolo antiossidante fondamentale.

Consigli d'uso: assumere 3 misurini (30 g) in 200 ml d'acqua o latte preferibilmente magro lontano dai pasti.

Gusti: cacao/vaniglia.

Confezioni: 900 g - 3000 g

Analisi media	per 100 g	per porzione (3 misurini=30 g)
Valore energetico	373 kcal/1581 kj	112 kcal/475 kj
Proteine	84 g	25,2 g
Carboidrati	2,5 g	0,75 g
Grassi	3 g	0,9 g
Taurina	0,3 g	0,09 g
L-Glutamina	1 g	0,3 g
Vitamina B1	2,3 mg	0,7 mg (50% RDA)
Vitamina B2	2,7 mg	0,8 mg (50% RDA)
Vitamina B6	3,3 mg	1 mg (50% RDA)
Vitamina B12	1,7 mcg	0,5 mcg (50% RDA)
Vitamina PP	30 mg	9 mg (50% RDA)
Vitamina C	100 mg	30 mg (50% RDA)
Acido pantotenico	10 mg	3 mg (50% RDA)
Acido folico	334 mcg	100 mcg (50% RDA)
Biotina	250 mcg	75 mcg (30% RDA)
Vitamina E	16,7 mg	5 mg (50% RDA)



CRESCITA

POTENZIAMENTO

DEFINIZIONE

FORMA FISICA

BREAKFAST

PRO 90 ACTIVE è un integratore dietetico in polvere a base di proteine derivante da quattro fonti proteiche quali il siero del latte concentrate, siero del latte isolate, caseinato di calcio e albume d'uovo. La combinazione di queste proteine nobili consente di ottenere un elevato valore biologico ed un profilo aminoacidico perfettamente bilanciato. Le proteine del latte e dell'uovo rientrano nel gruppo delle proteine ad alto valore biologico di origine animale. Il valore biologico dell'uovo è uguale a 100, mentre quello del latte è uguale a 91. Grazie a queste due fonti proteiche PRO 90 ACTIVE è caratterizzato da una presenza importante di aminoacidi essenziali, in quantità ottimali a soddisfare il fabbisogno dell'organismo per il proprio mantenimento ed accrescimento. Il prodotto è arricchito con L-carnitina, aminoacido importante che favorisce la scissione dei grassi a scopo energetico. Inoltre, la presenza della vitamina B6 favorisce il metabolismo proteico. La combinazione di queste due fonti proteiche permette un rilascio costante e prolungato.

Consigli d'uso: assumere 2 misurini (30 g) in 100 ml d'acqua o latte preferibilmente magro lontano dai pasti.

Gusti: cacao/vaniglia/fragola.

Confezioni: 800 g - 1500 g - 4000 g

Analisi media	per 100 g	per porzione (3 misurini=30 g)
Valore energetico	386 kcal/1637 kj	116 kcal/492 kj
Proteine	82 g	24,6 g
Carboidrati	12 g	3,6 g
Grassi	1,11 g	0,33 g
L-Carnitina	200 mg	60 mg
Vitamina B6	3,3 mg	0,99 mg (50% RDA)

PRO EGG è un integratore dietetico in polvere a base di proteine la cui unica fonte è costituita da albumine purissime dell'uovo. Le proteine del bianco d'uovo hanno un alto valore biologico e presentano un bilanciato profilo aminoacidico. Le ovoalbumine sono complete dal punto di vista nutritivo, forniscono gli aminoacidi essenziali in quantità sufficiente a soddisfare il fabbisogno dell'organismo per il proprio mantenimento ed accrescimento. PRO EGG è arricchito con L-glutamina, aminoacido importante nelle fasi di recupero psicofisico. Il prodotto è indicato anche per coloro che non tollerano le proteine d'origine lattica, fornendo una fonte proteica indispensabile in tutti i casi di aumentato fabbisogno degli elementi che lo compongono.

Consigli d'uso: assumere 3 misurini (30 g) in 200 ml d'acqua o latte preferibilmente magro lontano dai pasti.

Gusti: cacao/vaniglia/cappuccino.

Confezioni: 900 g - 3000 g



CRESCITA

POTENZIAMENTO

DEFINIZIONE

FORMA FISICA

BREAKFAST

Analisi media	per 100 g	per porzione (3 misurini=30 g)
Valore energetico	361 kcal/1509 kj	108 kcal/451 kj
Proteine	73 g	21,9 g
Carboidrati	16,3 g	4,9 g
Grassi	0,2 g	0,06 g
L-Glutamina	700 mg	210 mg

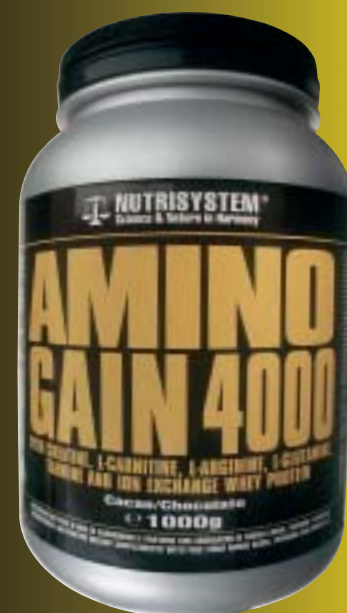


AMINO GAIN 4000 è un integratore dietetico in polvere a base di carboidrati, proteine, aminoacidi, vitamine e minerali. La particolare composizione permette di ottenere un prodotto completo, ben bilanciato tra i vari elementi che lo compongono. AMINO GAIN 4000 è arricchito con aminoacidi, quali creatina, L-arginina, L-glutamina, L-carnitina e taurina, elementi indispensabili per mantenere un buon livello energetico e di recupero. Il prodotto contiene carboidrati a rilascio graduale, quali Maltodestrine e Fruttosio, che garantiscono un elevato apporto energetico. La fonte proteica di AMINO GAIN 4000 è costituita da proteine nobili, fra cui le sieroproteine a scambio ionico, che garantiscono un ottimo profilo aminoacidico ed un alto valore biologico. La presenza di numerose ed importanti vitamine e minerali consente di migliorare il metabolismo di carboidrati, proteine e grassi nell'organismo e di migliorare il recupero psicofisico. AMINO GAIN 4000 è consigliato a tutti coloro che necessitano di aumentare in un contesto dietetico l'apporto calorico, mantenendo una percentuale bassissima di grassi.

Consigli d'uso: assumere 3 misurini (40 g) in 200 ml d'acqua o latte preferibilmente magro lontano dai pasti.

Gusti: cacao/vaniglia.

Confezioni: 1000 g - 2000 g



POTENZIAMENTO

DEFINIZIONE

FORMA FISICA

BREAKFAST

Analisi media	per 100 g	per porzione (3 misurini=40 g)
Valore energetico	380 kcal/1613 kj	152 kcal/645 kj
Proteine	25 g	10 g
Carboidrati	68 g	27,2 g
Grassi	0,7 g	0,28 g
Creatina monoidrato	1,5 g	0,6 g
L-Carnitina	60 mg	24 mg
Taurina	60 mg	24 mg
L-Arginina	60 mg	24 mg
L-Glutamina	60 mg	24 mg

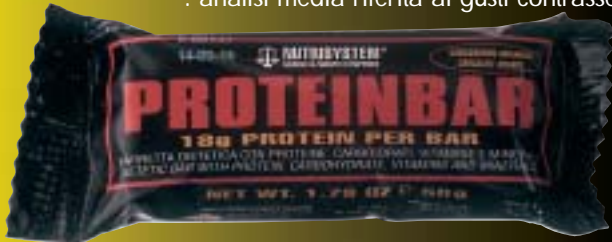
Calcio	600 mg	240 mg (30% RDA)
Magnesio	225 mg	90 mg (30% RDA)
Ferro	10,5 mg	4,2 mg (30% RDA)
Zinco	11,3 mg	4,5 mg (30% RDA)
Vitamina B1	1,1 mg	0,42 mg (30% RDA)
Vitamina B2	1,2 mg	0,48 mg (30% RDA)
Vitamina B6	1,5 mg	0,6 mg (30% RDA)
Vitamina B12	0,75 mcg	0,3 mcg (30% RDA)
Vitamina PP	13,5 mg	5,4 mg (30% RDA)
Vitamina C	45 mg	18 mg (30% RDA)
Vitamina E	7,5 mg	3 mg (30% RDA)
Acido folico	150 mcg	60 mcg (30% RDA)
Acido pantotenico	4,5 mg	1,8 mg (30% RDA)

PROTEINBAR è un prodotto dietetico a base proteica-glicidica con vitamine e minerali. PROTEINBAR è una barretta di 50 g, costituita per il 36% (18 g) da proteine del latte. Grazie alla sua alta percentuale proteica, il prodotto presenta un considerevole valore nutritivo, un elevato valore biologico ed un profilo aminoacidico bilanciato. PROTEINBAR grazie alla sua elevata percentuale proteica può essere utilizzata come nutriente per integrare una quota significativa di proteine indispensabili per l'organismo. PROTEINBAR è utile nei casi di aumentato fabbisogno di questi nutrienti o di ridotto apporto con la dieta, mantenendo una percentuale bassissima di grassi. Il prodotto è reso ancor più completo dalla presenza di numerose vitamine e minerali.

Consigli d'uso: durante gli spuntini.

Gusti: *banana/*cocco/*yogurt-mela/*cioccolato-arancia/*cioccolato fondente/crema-limone/pesca/caffè.

*: analisi media riferita ai gusti contrassegnati.



CRESCITA

POTENZIAMENTO

BREAKFAST

Analisi media	per barretta (50 g)
Valore energetico	221 kcal/935 kj
Proteine (6,38)	18 g
Carboidrati	22,75 g
Grassi	6,4 g

Vitamine per barretta (50 g): A 0,52 mg (65% RDA); B1 0,86 mg (61% RDA); B2 1,03 mg (64% RDA); B6 1,14 mg (57% RDA); B12 1,08 mcg (108% RDA); C 61,77 mg (103% RDA); D 3,26 mcg (65% RDA); Calcio pantotenato 5,1 mg (39% RDA); E 8,6 mg (86% RDA); Biotina 0,16 mg (107% RDA); Acido folico 0,25 mg (109% RDA); Nicotinamide 11,41 mg (63% RDA).

Minerali per barretta (50 g): Calcio 43,5 mg; Cloruro 75,6 mg; Sodio 108 mg; Potassio 75,6 mg; Magnesio 33,4 mg; Fosforo 75,6 mg; Ferro 0,9 mg; Zinco 1,62 mg; Manganese 2 mg; Iodio 10,8 mcg; Alluminio 0,50 mcg; Molibdeno 3,2 mcg; Selenio 6,22 mcg; Fluoro 4,66 mcg.

WHEY BAR è una barretta dietetica formulata per offrire una percentuale elevata di proteine esclusivamente del siero del latte. WHEY BAR presenta un ottimo valore biologico (BV) con un eccellente profilo aminoacidico (PDCAAS). WHEY BAR è una barretta di 80 g di cui fornisce 27 g di proteine del siero del latte ed è arricchita con vitamine e minerali. La percentuale dei grassi contenuti sono molto bassi (9 g per barretta).

Consigli d'uso: durante gli spuntini.

Gusti: cioccolato-panna.



CRESCITA

POTENZIAMENTO

SOSTITUTIVO P.

Analisi media	per barretta (80 g)
Valore energetico	345,8 kcal/1444 kj
Proteine	27 g
Carboidrati	39,2 g
Grassi	9 g

Vitamine per barretta (80 g): A 400 mcg (50% RDA); B1 0,7 mg (50% RDA); B2 0,8 mg (50% RDA); B6 1 mg (50% RDA); B12 0,5 mcg (50% RDA); C 30 mg (50% RDA); D 3 2,5 mcg (50% RDA); Calcio pantotenato 6,5 mg (50% RDA); E 5 mg (50% RDA); Biotina 70 mcg (50% RDA); Acido folico 100 mcg (50% RDA); Nicotinamide 9 mg (50% RDA).

Minerali per barretta (80 g): Calcio 80 mg; Potassio 23,2 mg; Magnesio 30 mg; Fosforo 80 mg; Zinco 1,5 mg; Iodio 15 mcg; Selenio 5,76 mcg

INZONAX è una barretta dietetica la cui proporzione calorica è suddivisa dal 40% di carboidrati, 30% di proteine e 30% di grassi.

Secondo le ultime ricerche scientifiche tale ripartizione di nutrienti (40/30/30), suddivise per ogni singolo pasto, crea una situazione ormonale (rallentando la glicemia con conseguenze calma insulinica) favorevole all'utilizzo dei grassi di deposito a scopo energetico.

In effetti, una dieta ricca di carboidrati e/o proteine a discapito dei grassi, porta durante un'attività fisica al non utilizzo di questi ultimi riducendo l'aumento muscolare.

Inoltre, l'utilizzo dei grassi nella proporzione riportata (40/30/30) permetterebbe di rallentare la digestione e l'assorbimento dei carboidrati con conseguente apporto energetico costante.

Consigli d'uso: durante gli spuntini.

Gusti: banana/cioccolato/cocco/mela/pesca.



FORMA FISICA

SOSTITUTIVO P.

BREAKFAST

Analisi media	per 100 g	per barretta (54g)
Calorie	348 kcal/1461 kj	188 kcal/790 kj
Proteine	26,6 g	14,3 g
Carboidrati	34,3 g	18,6 g
Grassi	11,6 g	6,2 g
Fibre	10 g	5,4 g
Omega 3	55 mg	30 mg
Vitamina E	18,5 mg	10 mg (100% RDA)

NUTRI COMPLEX è un prodotto innovativo, con una formulazione avanzata ed unica che si rivolge a tutti gli atleti o a tutte quelle persone che praticano attività fisiche e sportive per soddisfare un migliore recupero e sviluppo muscolare e a contribuire ad una migliore forma fisica.

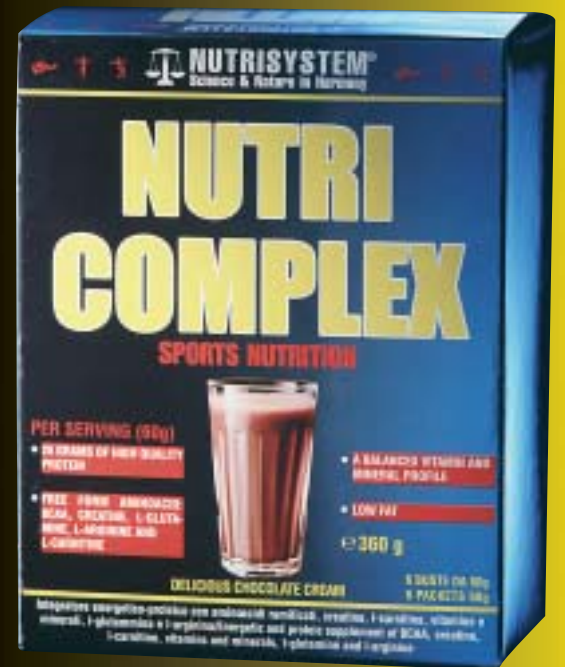
NUTRI COMPLEX è un prodotto unico in quanto fornisce per dose una combinazione proteica/aminoacidica ottima per valori alti e qualitativi. NUTRI COMPLEX contiene per dose (60 g) ben 25,5 g di proteine ad alto valore biologico composto da proteine del siero del latte e caseinato di calcio che permette un rilascio immediato e prolungato; NUTRI COMPLEX fornisce per dose (60 g) ben 6 g di aminoacidi in forma libera di massima purezza farmaceutica quali aminoacidi ramificati (BCAA), creatina, glutamina, L-carnitina ed arginina indispensabili per raggiungere un'ottima crescita muscolare e un recupero più veloce. NUTRI COMPLEX contiene carboidrati (no saccarosio) in quantità ottimali (maltodestrina e fruttosio) che forniscono un apporto energetico e prolungato ed è arricchito con vitamine del gruppo B, con le vitamine C ed E e con elementi minerali (calcio, magnesio, ferro, zinco e selenio) in quantità rapportate ai valori dei fabbisogni.

NUTRI COMPLEX trova grande utilità per tutti coloro che devono migliorare lo stato di forma per diminuire la percentuale di grasso corporeo, in quanto utilizzato come sostitutivo di un pasto fornisce elementi essenziali per mantenere l'organismo in condizioni ottimali con un apporto calorico contenuto e una percentuale molto bassa di grassi (1,74 g per dose).

Consigli d'uso: disciogliere il contenuto di 60 g (che corrisponde a una busta o 4 misurini) in ca. 200 ml d'acqua o latte preferibilmente magro. La dose va consumata in funzione dell'intensità dell'attività sportiva.

Gusto: cacao.

Confezioni: 6 Buste - 20 Buste - 900 g - 1800 g



Analisi media	per 100 g	per porzione (1 busta = 60 g) (4 misurini = 60 g)
Valore energetico	368 kcal/1561 kJ	221 kcal/937 kJ
Proteine	42,5 g	25,5 g
Carboidrati	36,5 g	21,9 g
Grassi	2,9 g	1,74 g
Creatina monoidrata	3 g	1,8 g
L-carnitina	0,38 g	0,2 g
L-arginina	1,6 g	0,96 g
L-glutamina	1,6 g	0,96 g
L-leucina	1,65 g	1 g
L-isoleucina	0,83 g	0,5 g
L-valina	0,83 g	0,5 g
Calcio	560 mg	336 mg (42% RDA)
Magnesio	170 mg	102 mg (34% RDA)
Ferro	7 mg	4,2 mg (30% RDA)
Zinco	7,5 mg	4,5 mg (30% RDA)
Selenio	30 mcg	18 mcg
Vitamina C	50 mg	30 mg (50% RDA)
Vitamina E	8,33 mg	5 mg (50% RDA)
Vitamina B1	0,7 mg	0,42 mg (30% RDA)
Vitamina B2	0,8 mg	0,48 mg (30% RDA)
Vitamina B6	1,67 mg	1 mg (50% RDA)
Vitamina B12	0,5 mcg	0,3 mcg (30% RDA)
Niacina	9 mg	5,4 mg (30% RDA)
Acido folico	100 mcg	60 mcg (30% RDA)
Acido pantotenico	3 mg	1,8 mg (30% RDA)



- POTENZIAMENTO
- DEFINIZIONE
- ENERGETICO
- CRESCITA
- RECUPERO
- FORMA FISICA
- SOSTITUTO PASTO

I PRINCIPALI NUTRIENTI ATTIVI DI NUTRI COMPLEX:

PROTEINE:

Proteine di massima qualità, con valore biologico elevato indispensabili per la costruzione muscolare. La qualità delle proteine sono fondamentali per una migliore qualità muscolare. NUTRI COMPLEX grazie alla sua formulazione consente di poter essere utilizzato anche come sostitutivo di pasto in quanto il rapporto proteico/glucidico e dei grassi (solo 1,7 g per dose) sono ottimamente bilanciati e favoriscono il mantenimento/potenziamento muscolare a favore di una qualità della massa magra.

AMINOACIDI RAMIFICATI (BCAA):

Gli aminoacidi ramificati (leucina-isoleucina-valina) bilanciati nel classico rapporto 2:1:1 permettono di favorire l'accumulo di risorse energetiche, rallentando la formazione dell'acido lattico, fungono da anticatabolici (rallentano il processo di distruzione delle proteine nei muscoli quando si producono sforzi muscolari) a favore dell'anabolismo (crescita muscolare).

CREATINA MONOIDRATA:

E' importante in tutti i processi dove l'atleta necessita fonti elevati di energia, ed allo stesso tempo (in contesti di discipline sportive) forza e potenza per migliorare la qualità delle prestazioni indispensabile per raggiungere i massimi traguardi.

L-GLUTAMMINA:

E' l'aminoacido più abbondante presente nel nostro organismo. Questo aminoacido assunto dopo un allenamento consente di ripristinare le riserve di glutammina perse durante l'attività fisica sportiva e quindi di velocizzare il recupero muscolare e favorire l'anabolismo.

L-CARNITINA:

E' l'aminoacido essenziale al catabolismo (distruzione) degli acidi grassi, la cui demolizione comporta un'elevata neo-sintesi di ATP e diventa fondamentale se si pensa che gli atleti allenati, negli sport di durata, privilegiando l'utilizzo energetico degli acidi grassi a quello degli altri substrati.

L-ARGININA:

E' una sostanza fondamentale interessata al meccanismo della detossificazione azotata (permette di contrastare l'acido lattico dopo intensi allenamenti). L'ARGININA stimola la crescita muscolare ed è stato riscontrato che bassi livelli di ARGININA possono portare difetti della crescita e perdita muscolare.

